

Меню на 14 июня 2024г.

Утверждено  
Начальником ЛОЛ  
*СА* Е.А.Мальцевой  
«13» июня 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белки	жир	углевод	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
				ы	ы	ность							
<b>завтрак</b>													
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,7	1,8	33	8,92	100	0,8	4,5	3	55	13,19
	Каша манная молочная	200/5	4,4	5,8	32,8	166	11,33	200/5	4,4	5,8	32,8	166	11,33
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,40	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,40
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,85	25	2	0,2	10	43	1,85
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>522,7</b>	<b>8,41</b>	<b>9,23</b>	<b>73,13</b>	<b>364,02</b>	<b>24,13</b>	<b>562,7</b>	<b>8,73</b>	<b>11,03</b>	<b>74,33</b>	<b>386,02</b>	<b>32,40</b>
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95	14,50	200	1,2	-	23,4	95	14,50
<b>обед</b>													
	Салат из белокочанной капусты с <i>себе</i>	60	0,96	5,4	5,46	74,4	8,05	100	1,6	9	9,1	124	13,40
	Суп молочный с макаронными <i>цуг.</i>	200	5,75	5,21	18,84	145,2	4,61	250	2,69	2,84	17,14	104,75	9,51
	Кура запечённая	100	26,0	11	-	204,0	43,91	100	26,0	11	-	204,0	43,91
	Рис припущенный	150	3	9	36	241,5	8,88	180	3,6	10,8	43,2	289,8	10,68
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный 1 с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,85	25	2	0,2	10	43	1,85
	Хлеб ржаной	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,64	25	0,96	0,18	5,33	22,08	1,64
	Фрукты свежие <i>персея</i>	100	0,4	0,3	10,3	47	24,86	100	0,4	0,3	10,3	47	24,86
	<b>Итого за обед:</b>	<b>910</b>	<b>45,02</b>	<b>33,79</b>	<b>122,98</b>	<b>962,73</b>	<b>102,25</b>	<b>1030</b>	<b>43,2</b>	<b>36,82</b>	<b>132,12</b>	<b>1020,18</b>	<b>111,30</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1632,7</b>	<b>54,63</b>	<b>43,02</b>	<b>219,51</b>	<b>1421,75</b>	<b>146,88</b>	<b>1792,7</b>	<b>53,13</b>	<b>47,85</b>	<b>229,85</b>	<b>1501,2</b>	<b>161,20</b>

Шеф-повар

*СА. Яр*

Т.П. Ярошенко