Меню на 18 июня 2024 год

Утверждено
Начальником ЛОЛ
_____ Е.А.Мальцевой
«___»_____20___г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
	завтрак												
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,7	1,8	33	8,64	100	0,8	4,5	3	55	14,39
	Каша пшенная молочная	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	11,30	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	11,30
	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	5,63	200	1,5	1,3	22,4	107	5,63
	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 1с. йодированный	25	2	0,2	10	43	1,85	25	2	0,2	10	43	1,85
	Итого за завтрак:	**522,7**	**14,71**	**10,9**	**90,33**	**500,82**	31,82	**562,7**	**15,03**	**12,73**	**91,53**	**522,82**	37,57
	Сок фруктовый (перед обедом)	200	1,2	-	23,4	95	17,50	200	1,2	-	23,4	95	17,50
	обед												
	Салат из варёной свёклы	60	1	6,9	5,5	87	5,48	100	1,7	11,5	9,17	145	9,10
	Суп картофельный с макаронными	200	2,15	2,27	13,71	83,8	5,07	250	2,69	2,84	17,14	104,75	6,34
	Плов из курицы	260	24,17	20,24	42,49	448,81	54,74	260	24,17	20,24	42,49	448,81	54,74
	Напиток «Витошка»	200	1	-	34,0	116	7,00	200	1	-	34,0	116	7,00
	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 банан	100	0,4	0,3	10,3	47	42,03	100	0,4	0,3	10,3	47	42,03
	Итого за обед:	**870**	**31,68**	**30,09**	**121,33**	**847,69**	117,81	**960**	**32,92**	**35,26**	**128,43**	**926,64**	122,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1592,7**	**47,59**	**41,02**	**235,06**	**1443,51**	167,13	**1722,7**	**49,15**	**47,99**	**243,36**	**1544,46**	177,77

Шеф-повар Т.П. Ярошенко