10.01.2023

Меню школы 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	завтрак	
200	***Каша пшенная*** *сгущеное молоко, пшено, масло сливочное, соль*	ЭЦ-548, Б-15, Ж-19, У/в-80
200	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15
30	***Печенье***	ЭЦ-119, Б-4, У/в-24
40	***Хлеб 40г***	ЭЦ-95, Б-3, У/в-19
	Итого за завтрак	ЭЦ-819, Б-22, Ж-19, У/в-138
	обед	
200	***Суп вермишелевый*** *картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль*	ЭЦ-149, Б-8, Ж-7, У/в-15
200	***Плов*** *куры, рис, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль*	ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23
200	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15
85	***Хлеб 85г***	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
	Итого за обед	ЭЦ-555, Б-24, Ж-21, У/в-68
	Итого за день	ЭЦ-1 374, Б-46, Ж-40, У/в-206

Составил _____ Бирюкова Д.И

Директор _____ Васильев Д.В