ГКОУ "АККК им. Г.Н. Трошева"

12.01.2022

Меню школы 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	завтрак	
200	**Суп молочный с вермишелью** *сгущеное молоко, макаронные изделия, соль*	ЭЦ-161, Б-6, Ж-6, У/в-21
200	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15
40	**Хлеб 40г**	ЭЦ-95, Б-3, У/в-19
50	**Пряники** *мука, сахар, маргарин, меланж, дрожжи, масло растительное, соль*	ЭЦ-195, Б-4, Ж-7, У/в-30
100	**Яблоки**	ЭЦ-5, У/в-1
	Итого за завтрак	ЭЦ-513, Б-13, Ж-13, У/в-86
	обед	
200	**Суп гороховый** *картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль*	ЭЦ-114, Б-2, Ж-5, У/в-16
180	**Каша гречневая** *крупа гречневая, масло сливочное, соль*	ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У/в-50
100	**Соус томатный** *томатная паста, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль*	ЭЦ-97, Б-2, Ж-7, У/в-6
100	**Салат из белокочанной капусты** *капуста, морковь, лук репчатый, сахар, масло растительное, соль*	ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У/в-6
200	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15
100	**Котлеты** *котлеты куриные, масло растительное*	ЭЦ-176, Б-13, Ж-7, У/в-15
85	**Хлеб 85г**	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
	Итого за обед	ЭЦ-968, Б-30, Ж-40, У/в-123
	Итого за день	ЭЦ-1 481, Б-43, Ж-53, У/в-209

Составил _____ Бирюкова Л.М

Директор _____ Васильев Д.В