

Директор школы
СОГЛАСОВАНО: Рикшия С. Н.
Школа № 423



МЕНЮ
" 18 " октября 2021г.
12-18 лет

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.
	Всего	Всего	Всего	Всего	ценность,
	г	г	г	г	ккал
7 день					
Завтрак					
Бутерброд с сыром	15/5/15	4,50	8,70	7,40	131,00
Омлет натуральный	220	21,14	34,90	4,00	414,92
Какао с молоком	200	4,10	6,00	12,60	121,10
Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:	535	30,54	49,80	31,50	705,02
Обед					
Салат "Здоровье"	100	1,50	5,18	7,18	80,16
Суп крестьянский с крупой перловой, птицей, зеленью петрушки	250/20/1	9,07	6,74	13,37	150,09
Пудинг рыбный запеченный (треска) с маслом сливочным	120/5	15,12	12,36	10,08	222,12
Пюре картофельное	230	4,75	7,36	31,34	210,53
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
Итого за прием пищи:	1096,00	38,05	35,64	107,77	920,00
Всего за день:		68,59	85,44	139,27	1625,02

Зав. производством: