

Утверждаю Заведующая филиалом

«Раздольненская школа»

(Скүрихина О.Н.)

МЕНЮ

22 октября 2024год

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Выход гр. | | Белки,гр | | Жиры | | Углеводы,г | | Калории | | Цена | |
|----------------------|-----------|-------|----------|-------|------|-------|------------|-------|---------|-------|---------|---------|
| | 7-11 | 12-18 | 7-11 | 12-18 | 7-11 | 12-18 | 7-11 | 12-18 | 7-11 | 12-18 | 7-11 | 12-18 |
| 28492,86 | | | | | | | | | | | | |
| Картофельное пюре | 200 | 250 | 3 | 4 | 6 | 8 | 24 | 26 | 146 | 194 | 14,03 | 19,86 |
| гуляш из филе курицы | 100 | 120 | 6 | 7 | 2 | 2 | 3 | 4 | 95 | 114 | 42,22 | 46,39 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2 | 2 | 0 | 0 | 12 | 12 | 58 | 58 | 2,04 | 2,04 |
| чай с лимоном | 210 | 210 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 | 7 | 28 | 28 | 3,16 | 3,16 |
| | | | | | | | | | | | 61,45 Р | 71,45 Р |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-----|-----|----|----|------|---|----|-------|-------|--------|---------|----------|
| Суп картофельный с клецками | 200 | 250 | 4 | 4 | 4,62 | 4 | 11 | 14,25 | 94,06 | 117,57 | 16,77 | 26,25 |
| Рис отварной | 150 | 200 | 3 | 3 | 3,6 | 7 | 36 | 48,6 | 208,7 | 278,3 | 9,96 | 15,46 |
| Котлета рыбная минтай | 100 | 100 | 14 | 14 | 14,1 | 3 | 9 | 8,6 | 115,9 | 115,9 | 46,9 | 46,9 |
| Сметанный соус | 50 | 50 | 0 | 0 | 0,07 | 4 | 2 | 1,6 | 47,45 | 47,45 | 9,04 | 9,04 |
| компот из сухофруктов | 200 | 200 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | 20 | 14,4 | 59,7 | 59,7 | 5,43 | 5,43 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 60 | 2 | 2 | 2,3 | 1 | 13 | 11,5 | 57,9 | 57,9 | 4,08 | 4,08 |
| | | | | | | | | | | | 92,18 Р | 107,16 Р |

ПОВАР

ОТВЕТСТВЕННЫЙ ЗА ПИТАНИЕ

