



## Меню на 16.12.2022г.

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтра						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/1 3	6,1	13,28	43,00	316,60
107	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
27,01	Сыр(порциями)	10	2,63	2,66	0,1	35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
<b>Итого</b>		<b>368</b>	<b>15,73</b>	<b>19,69</b>	<b>97,5</b>	<b>556</b>

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/1 0	4,6	9,96	32,25	237,47
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
27,01	Сыр(порциями)	10	2,63	2,66	0,1	35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	130
<b>Итого</b>		<b>715</b>	<b>16,43</b>	<b>16,57</b>	<b>123,85</b>	<b>752,47</b>

### Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/1 3	6,1	13,28	43,00	316,60
107	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
<b>Итого</b>		<b>458</b>	<b>9,9</b>	<b>13,83</b>	<b>92,90</b>	<b>459</b>

Повар: Гиндуллина А.В