

Меню на 6.5.2022



Завтрак (для обучающихся начальных классов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
№ рецепта	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
3	200	0,20	0,10	25,40	25,40
Компот	10	2,63	2,66	4,5	35
Сыр порционный	100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
Итого	595	0,5	0,9	2	705

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта					
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
Компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
Сыр порционный	10	2,63	2,66	4,5	35
Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
Итого	595	0,5	0,9	2	705

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
№ рецепта	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
Компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
Сыр порционный	10	2,63	2,66	4,5	35
Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
Итого	457	11,66	10,98	64,36	654

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
№ рецепта	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
Расcольник Ленинградский с сметаной	180	3,95	6,09	26,5	177,19
Картофель пюре	50	4	0,5	27,5	1,30
Хлеб пш.	40	3,2	0,4	18,4	88
Хлеб рж.	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
Виточки из мяса птицы с томатным соусом	200			9,98	39,9
Чай с сахаром	920	27,93	30,26	96,68	945,8
Итого	920	27,93	30,26	96,68	945,8

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
№ рецепта					
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	160	3,5	5,42	23,6	157,53
3	200	0,1	0	9,1	35
Чай с сахаром	45	2,93	0,45	15,53	77
Хлеб пш.	705	11,68	21,54	103,14	682,25
Итого	705	11,68	21,54	103,14	682,25

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/