



**Меню** на 14.12.2022г.

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтра						
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
75	Капуста тушеная	60	1	0,2	20,2	92
	<b>Итого</b>	<b>626</b>	<b>25,36</b>	<b>19,57</b>	<b>116,04</b>	<b>760,03</b>

**Завтрак (для обучающихся начальных классов)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр( порциями)	10	2,63	2,66		35
75	Капуста тушеная	60	1	0,2	20,2	92
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>21,9</b>	<b>19,57</b>	<b>103,63</b>	<b>689,93</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
75	Капуста тушеная	60	1	0,2	20,2	92
	<b>Итого</b>	<b>616</b>	<b>22,73</b>	<b>16,91</b>	<b>116,04</b>	<b>725,03</b>

Повар: Гиндуллина А.В