

22.05.2024г.

Меню школьника

5-11 классы

Завтрак:



Обед:

| Наименование | Выход, г | Цена, руб | Калорийность, ккал |
|--|-----------|---------------|--------------------|
| Котлета Морячок с соусом сметанным | 100/30 | 43,82 | 211,4 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,96 | 230,17 |
| Чай с шиповником | 200 | 2,47 | 53,93 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,80 | 101,6 |
| Масло сливочное | 10 | 8,90 | 66,1 |
| Яблоко | 100 | 24,90 | 47 |
| Итого: | | 93,85 | 710,2 |
| Салат из овощей с кукурузой | 100 | 30,98 | 101,52 |
| Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной | 250/15/10 | 24,02 | 172,81 |
| Пельмени мясные отварные с маслом | 280/5 | 93,31 | 559,42 |
| Компот из чёрной смородины | 200 | 7,19 | 52,69 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,60 | 76,2 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 6,42 | 142,98 |
| Груша | 100 | 29,36 | 47 |
| Итого: | | 194,88 | 1152,62 |
| Пудинг творожный | 75 | 44,06 | 188,27 |
| Йогурт питьевой | 200 | 59,89 | 114 |
| Виноград | 100 | 41,39 | 72 |
| Итого: | | 145,34 | 374,27 |

Полдник:



Шеф-повар:

_____ (подпись)

Дюкарева К.В.

_____ (расшифровка подпись)

Калькулятор:

_____ (подпись)

Дёмина Е.В.

_____ (расшифровка подпись)

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!