

МОУ ООШ с. Красная Зорька МО «Барышский район»

МЕНЮ

СРЕДА 2 неделя

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	394-У	Вареники с творогом	130	40,01	348,6	15,5	14,8	38,3
	гастрономия	1	Молоко сгущенное	30	7,2	98,2	2,2	2,6	16,7
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	15,55	100,4	4,7	3,5	12,5
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,33	46,9	1,5	0,2	9,8
	фрукты	Пром.	Яблоко	120	12	53,3	0,5	0,5	11,8
	<i>итого</i>			500	76,09	647,4	24,4	21,6	89,1
Обед	закуска	0,05-У	Закуска овощная*	60	2,95	34,5	1,05	2,06	2,93
	1 блюдо	102-У	Суп картофельный с горохом	200	19,27	131,9	7,3	4,7	15
	2 блюдо	23-У	Нагетсы "Детские"*	90	49,4	293	17,7	17	17,2
	гарнир	54-26г	Рис с овощами	150	16,62	167,8	3,2	5,7	26
	напиток	375,01	Чай черный с лимоном	200	3,6	23,7	0,4	0,1	5,2
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,71	97,8	3,3	0,6	19,8
	хлеб черн.								
		<i>итого</i>			750	94,55	748,7	32,95	30,16
Итого за день:				1250	170,64	1396,1	57,35	51,76	175,23