



МЕНЮ
1 неделя суббота
20 февраля 2021 г.

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Каша молочная "Дружба"	200/5	242	7,56	8,14	34,25
Чай с сахаром	200	48	0	0	11,98
Масло порционнно	10	66	0,08	7,25	0,13
Сыр порционный	20	60	4,09	4,6	0,49
Фрукты свежие (яблоки)	150	71	0,6	0,6	14,7
Хлеб пшеничный	40	88	3,04	0,36	18,48
Итого:		575	15,37	20,95	80,03
Стоимость рациона питания составляет 56 рублей 64 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Каша молочная "Дружба"	200/5	242	7,56	8,14	34,25
Чай с сахаром	200	48	0	0	11,98
Масло порционнно	10	66	0,08	7,25	0,13
Сыр порционный	15	45	3,07	3,45	0,37
Хлеб пшеничный	40	88	3,04	0,36	18,48
Итого:		489	13,75	19,2	65,21
Стоимость рациона питания составляет 50 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	81	1,71	4,56	8,24
Плов из птицы	150	223	20,05	5,32	23,81
Кукуруза консервированная (на порцию)	20	10	0,41	0,07	2,04
Хлеб пшеничный	80	171	5,65	0,69	35,56
Сок фруктовый	200	95	0	0	23,66
Итого за Обед		580	27,82	10,64	93,31
Стоимость рациона питания составляет 70 рублей 00 копеек					