

ИП Позигун И.Н. / ИП Позигун И.Н. /

МБОУ СОШ №14 / Татаринова М.А. /

МЕНЮ

1 неделя понедельник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Каша молочная вязкая "Дружба"	200	218	5,56	5	30,6
Какао с молоком	180	87	2,78	2,82	12,64
Сыр твердый	20	80	5,2	5,3	0
Хлеб йодированный	65	170	4,94	1,82	33,48
Фрукты свежие (яблоки)	100	52	0,38	0,35	13,41
Итого:	565	607	18,86	15,29	90,13
Стоимость рациона питания составляет 65 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1-4 классы)					
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	88	2,11	2,06	15,17
Тефтели в томатном соусе	70/20	165	11,18	13,24	10,14
Каша гречневая вязкая	150	133	4,3	3,79	20,38
Салат овощной	40	24	0,65	1,29	2,23
Хлеб пшеничный	40	85	2,82	0,34	17,78
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	720	550	21,15	20,75	80,34
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (5-11 классы)					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	110	2,64	2,57	18,96
Тефтели в томатном соусе	70/20	165	11,18	13,24	10,14
Каша гречневая вязкая	180	160	5,13	2,9	24,43
Салат овощной	50	30	0,82	1,62	2,78
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	820	627	23,38	20,79	93,17
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

