



МЕНЮ
1 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Салат овощной	50	29	0,81	1,62	2,78
Тефтели мясные со сметаной	70/10	165	11,18	13,24	10,14
Макаронные изделия отварные	180	199	5,98	2,24	38,71
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Хлеб йодированный	55	144	4,18	1,51	28,33
Итого:	565	592	22,24	18,64	94,6
Стоимость рациона питания составляет 65 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1-4 классы)					
Солянка домашняя со сметаной	200/5	147	5,02	11,03	6,94
Печень по-строгановски	50/50	180	14,96	11,7	3,69
Каша гречневая вязкая	150	133	4,3	3,79	20,38
Салат капустный с луком и маслом	50	34	0,73	2,24	2,84
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Компот из смеси сухофруктов + витамин С	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	755	697	29,09	29,19	79,61
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (5-11 классы)					
Солянка домашняя со сметаной	250/5	182	6,22	13,66	8,59
Печень по-строгановски	50/50	180	14,96	11,7	3,69
Каша гречневая вязкая	180	160	5,13	2,9	24,43
Салат капустный с луком и маслом	50	34	0,73	2,24	2,84
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Компот из смеси сухофруктов + витамин С	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	835	759	31,12	30,93	85,31
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

