

Школа №9

М Е Н Ю

На 10.06.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Яйца вареные		40	0,03	63
Какао с молоком		200	17,57	119
Итого:			97,70	721
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Овощи натуральные свежие - огурцы		100	1,90	12
Итого:			127,00	843
Весь рацион питания:			224,70	1564

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,77	46,60	212,85	0,67	0,85	14,94	292,90	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
601,52	762,92	159,07	9,22				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.

