

Школа №9

М Е Н Ю

На 18.10.2023 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Второй завтрак</b>				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша кукурузная с маслом сливочным		160	40,06	260
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>		<b>76,32</b>	<b>613</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)		250	18,79	133
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		100	8,50	190
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	0,00	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>		<b>91,66</b>	<b>723</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>171,00</b>		<b>167,98</b>	<b>1336</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
93,16	46,78	167,98	0,60	1,37	79,40	136,65	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
217,87	592,80	136,17	15,38				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

