

Школа №9

М Е Н Ю

На 08.12.2023 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным		220	42,07	324
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Итого:	75,00		84,47	655
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Картофель отварной с луком		180	25,01	200
Фрикадельки из филе куриного с соусом		60/50	8,78	125
Итого:	96,00		107,38	752
Весь рацион питания:	171,00		191,85	1407

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
44,83	43,49	191,85	0,71	1,04	34,43	248,71	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
379,75	730,91	165,83	8,64				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

