

МЕНЮ

На «22» 05 2025 г.

№	ЗАВТРАК	5-8 класс		9-11 класс	
		ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал	ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал
1	Каша манная молочная жидкая. замена на сгущенное молоко	200	255	320	308
2	Масло сливочное (порциями)	20	132	20	132
3	Яйцо варенное	1/40	63	1/40	63
4	Какао с молоком	200	164,4	200	171
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
6	Итого:	560	849,6	705	968
2-Й ЗАВТРАК					
1	Фрукты свежие – яблоки	380	179	380	179
2	Итого:	380	179	380	179
ОБЕД					
1	Салат картоф с огуц.сол и кваш.капус.	150	91	160	95
2	Рассольник ленинградский	250	123,33	300	132
3	Говядина тушенная с черносливом	140	320,35	170	389
4	Картофельное пюре с маслом сливоч.	200	240	250	300
5	Компот из свежих плодов (яблок)	200	67	200	67
6	Хлеб ржаной	120	120	150	261
7	Сыр (порциями)	30	208,8	37	158
8	Итого:	1090	1170,48	1267	1402
ПОЛДНИК					
1	Сок овощной (томатный)-персиков.	200	33	200	33
2	Сухофрукты изюм	100	246,67	90	222
4	Итого:	300	276,67	290	255
УЖИН					
1	Салат из свежих огурцов	150	54,38	160	58
2	Биточки рыбные (минтай)	120	233	150	292
3	Отварные макарон. изд. с масл. слив.	180	216	250	324
4	Чай с лимоном	200	19	200	19
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
6	Печенье творож-йогуртовое	40	83,2	60	124,8
7	Итого:	790	840,78	945	1111,8
2-Й УЖИН					
1	Ряженка	200	102	200	102
2	+Сок мультифрукт	200	33	200	33
3	Итого:	400	135	400	135
Общее итог:		3520	3451,53	3987	4050,8

Составила диет. сестра

С.А. Таран