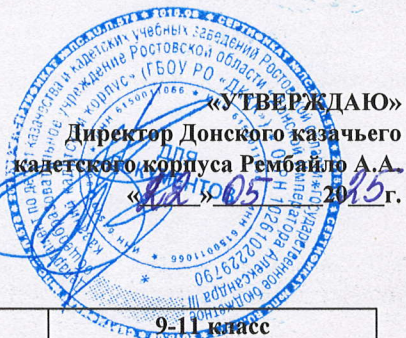


II нед (11 день)



МЕНЮ
На 22.05.2015 г.

№	ЗАВТРАК	5-8 класс		9-11 класс	
		ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал	ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал
1	Лапшевник с творогом+соус сметан.	200/30	375/22	250/30	523/22
2	Масло сливочное (порциями)	20	132	20	132
3	Какао с молоком	200	164,4	200	171
4	Хлеб пшеничный	80	188,16	105	246,96
5	Яйцо вареное	40	63	40	63
7					
	Итого:	570	944,56	645	1157,96
2-Й ЗАВТРАК					
1	Свежие фрукты яблоки	380	179	380	179
2	Итого:	380	179	380	179
ОБЕД					
1	Овощи натуральные(огурцы свежие)	150	20,63	160	22
2	Суп картофельный	250	100	300	120
3	Бефстроганов	125	312,5	150	375
4	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	240	250	229
5	Кисель из яблок	200	109	200	109
6	Хлеб ржаной	120	208,8	150	261
7	Сухофрукты курага	90	222	90	222
8					
9	Итого:	1135	1212,93	1300	1116
ПОЛДНИК					
1	Сок апельсинов. - (яблочный)	200	98	200	98
2	Сдоба обыкновенная	50	131	50	131
3					
4	Итого:	250	229	250	229
УЖИН					
1	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	150	106,88	160	116,88
2	Котлеты рыбные (минтай)	120	233	150	292
3	Капуста тушеная (белокочанная)	230	157,47	260	178
4	Чай с лимоном(отмена) с сахаром	200	19	200	19
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
	Итого:	800	751,55	895	899,88
2-Й УЖИН					
1	Кефир	200	102	200	102
2	Итого:	200	102	200	102
	Общее итог:	3335	3419,04	3670	3683,84

Составила диет. сестра Таран С.А. Таран