

10 Декабря 2020 г.

Меню

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		

Завтрак 1-4кл.

18.5	1.2	0	85	.100	Рыба припущенная - минтай
3.61	12.78	33.28	267	.100	Рис отварной
1.3	2.4	4.2	44	.050	Соус томатный
0.2	0	15	58	.200/15	Чай с сахаром
2.74	0.28	17.52	84	.030	Хлеб
0	0	0.66	123	.225	Груша
26	17	71	661		

Завтрак 5-11кл.

18.5	1.2	0	85	.100	Рыба припущенная - минтай
3.61	12.78	33.28	267	.100	Рис отварной
1.3	2.4	4.2	44	.050	Соус томатный
2.74	0.28	17.52	84	.030	Хлеб
26	17	55	480		

Завтрак 5-11кл.

4.9	5	32.5	190	.200	Какао с молоком концентрир.
5	5	32	190		

Завтрак

18.5	1.2	0	85	.100	Рыба припущенная - минтай
3.61	12.78	33.28	267	.100	Рис отварной
1.3	2.4	4.2	44	.050	Соус томатный
2.74	0.28	17.52	84	.030	Хлеб
0.08	0	8.1	38	.100	Мандарин
4.9	5	32.5	190	.200	Какао с молоком концентрир.
31	22	96	708		

Руководитель Г.В. Калдыркаева Калдыркаева Г.В.
 Зав.производством Г.Н. Мешкова Мешкова Г.Н.
 Калькулятор С.А. Страшко Страшко С.А.