



МЕНЮ

23 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7 ДС
				180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		9,99	39,96	200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр

МЕНЮ (Льготное)
23 октября 2020 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Запеканка из творога Творог Кр, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло сливочное, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Сметана Кр	
0,004	0,03	11,55	46,29	20	Соус ягодный Клубника б/з, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Булочка с изюмом 80 Кр	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко Кр, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 1-4 кл	146,79 р.
					Салат витаминный с растительным маслом	
0,63	9,09	6,22	109,91	60	Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный , Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное	
					Уха Ростовская	
5,56	4,44	11,36	108,32	200	Рыба филе Минтая н/к с/м, Картофель очищенный, Лук репчатый очищенный , Масло растительное, Соль, Помидоры	
					Гуляш из мяса птицы (индейка)	
9,632	8,184	1,664	110,584	80	Мясо индейки с/м Кр, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный , Соль	
					Картофель отварной	
2,4	2,88	19,56	113,856	120	Картофель очищенный, Масло растительное, Соль	
					Кисель фруктовый(ягодный) в ассортименте	
0,62	0,06	38,24	154,66	200	Сок апельсиновый, Крахмал картофельный, Сахар-песок	
					Яблоко	
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоки свежие	
					Хлеб из муки пшеничной	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	Хлеб пшеничный Кр	
					Хлеб ржано-пшеничный	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный Кр	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл94,62 р.
17,96	11,43	20,14	255,22	100	Запеканка из творога Творог Кр, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло сливочное, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Сметана Кр
0,004	0,03	11,55	46,29	20	Соус ягодный Клубника б/з, Сахар-песок
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Булочка с изюмом 80 Кр
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко Кр, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл 174,75 р.
					Салат витаминный с растительным маслом
1,05	15,14	10,37	183,19	100	Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное
					Уха Ростовская
6,95	5,55	14,2	135,4	250	Рыба филе Минтая н/к с/м, Картофель очищенный, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль, Помидоры
					Гуляш из мяса птицы (индейка)
12,04	10,23	2,08	138,23	100	Мясо индейки с/м Кр, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль
					Картофель отварной
3	3,6	24,45	142,32	150	Картофель очищенный, Масло растительное, Соль
					Кисель фруктовый(ягодный) в ассортименте
0,62	0,06	38,24	154,66	200	Сок апельсиновый, Крахмал картофельный, Сахар-песок
					Яблоко
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоки свежие
					Хлеб из муки пшеничной
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный Кр
					Хлеб ржано-пшеничный
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный Кр

