МОКУ «Крутогоровская школа»

Утверждаю
Директор
Журавкова Лидия Ивановна

МЕНЮ

7-11

ДЕНЬ 9 **23.01.2025**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50		5,2	11,8	15,0	187,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	175		8,7	7,0	29,6	216,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	175		1,3	1,1	19,7	94,2
ЯБЛОКО	100		0,8	0,2	7,5	38,0
			16,0	**20,1**	**71,8**	**535,4**
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ	60		1,7	4,9	10,2	92,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200		8,3	4,6	15,3	135,0
КОТЛЕТЫ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУР	90		13,5	7,6	8,4	155,9
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150		2,6	8,0	13,7	137,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200		0,3	0,1	34,5	139,0
			29,7	**26,3**	**103,1**	**767,5**
Полдник						
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	100		4,4	6,4	20,8	158,4
КЕФИР С САХАРОМ	200		5,8	5,0	19,1	150,3
			10,2	**11,4**	**39,9**	**308,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**55,9**	**57,8**	**214,8**	**1 611,6**