МОКУ «Крутогоровская школа»

Утверждаю
Директор
Журавкова Лидия Ивановна

МЕНЮ

12 и старше

ДЕНЬ 1 10.02.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50		8,1	13,4	21,5	240,3
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	250		7,4	10,0	33,4	253,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7		0,2		15,0	60,0
			18,3	**23,8**	**86,9**	**635,1**
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100		1,8	7,1	16,2	136,2
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250		9,2	11,1	20,9	220,3
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100		14,5	9,9	7,6	177,5
Макароны отварные с овощами	180		3,5	3,6	28,4	160,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
Напиток из шиповника	200				19,4	77,4
			33,0	**32,8**	**118,5**	**901,5**
Полдник						
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ	160		4,4	11,1	29,7	239,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,9	5,1	9,8	110,0
			10,3	**16,2**	**39,5**	**349,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**61,6**	**72,8**	**244,9**	**1 885,6**