



<i>Меню на 18.01.2023 года</i>						
<i>ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!</i>						
<i>11-18 ЛЕТ</i>						
<i>Наименование блюда</i>	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<i>Обед</i>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300		1,14	8,44	6,56	106,83
КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ	100		13,26	15,09	11,10	233,34
РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	200		7,50	8,28	47,89	296,19
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200		0,74	0,10	29,88	123,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34
<i>ДОПОЛНЕНИЕ К ОБЕДУ</i>						
КАША "ТЕРКУЛЕСОВАЯ"	200		6,40	8,20	25,60	201,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		4,56	0,48	29,52	141,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,05	10,02	41,33
Итого:	1324	102,89	45,59	42,00	233,62	1496,19

Меню разработано согласно единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2013год, 2018 год.

Калькулятор //