

Меню на 19.01.2023 года

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

11-18 ЛЕТ

<i>Наименование блюда</i>	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300		2,46	8,22	17,65	157,29
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100		14,07	8,30	3,81	146,70
РИС ОТВАРНОЙ	200		8,45	6,65	38,07	247,24
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО	200		1,36	0,00	24,03	106,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34
ДОПОЛНЕНИЕ К ОБЕДУ						
БУЛОЧКА "ВОСЬМЕРКА"	60		4,20	6,70	27,80	189,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,05	10,02	41,33
Итого:	1153	102,89	42,53	31,28	194,43	1240,84

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 //