



<i>Меню на 20.01.2023 года</i>						
<i>ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!</i>						
<i>11-18 ЛЕТ</i>						
<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход</i>		<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед</i>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,31	0,02	0,66	4,38
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250		24,87	29,41	1,99	372,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160		31,59	9,19	28,29	310,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,05	10,02	41,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34
Итого:	743	102,89	68,76	40,03	114,01	1080,05

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 //