



Меню на 23.01.2023 года						
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!						
11-18 ЛЕТ						
Наименование блюда	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ	100		14,99	23,94	7,39	304,97
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250		14,51	13,05	65,57	437,25
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200		0,16	0,16	18,89	77,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100		9,12	0,96	59,04	282,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100		2,67	0,40	14,01	70,34
ДОПОЛНЕНИЕ К ОБЕДУ						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,20	6,60	31,20	209,00
ВАФЛЯ	25		0,00	0,00	0,00	104,25
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,05	10,02	41,33
Итого:	1175	102,89	47,85	45,16	206,12	1526,78

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 //