



Меню на 25.01.2023 года						
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!						
11-18 ЛЕТ						
Наименование блюда	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	60		0,42	0,06	1,14	6,62
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100		18,00	17,00	3,00	237,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	250		5,31	10,07	27,26	229,42
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	200		0,16	0,16	18,89	77,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100		9,12	0,96	59,04	282,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	70		5,34	0,80	28,02	140,68
ДОПОЛНЕНИЕ К ОБЕДУ						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		5,10	4,60	0,30	63,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,20	7,40	7,50	101,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,05	10,02	41,33
Итого:	1045	102,89	44,85	41,10	155,17	1178,69

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 //