

МЕНЮ на 22.09.2023 г**Завтрак (1-4 класс)**

Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
омлет	150	20,00	349,9	10,7	36	15,81
молоко	200	8,00	158	5,4	5	21,6
хлеб пшеничный	60	7,00	133,2	4,56	0,48	29,52
апельсин	120	20,00	40	0,9	0,2	8,1
		55,00				
Обед (1-4 класс)						
Салат Солнышко	60	8,00	22,95	0,59	0,12	4,85
пельмени	100	34,00	264	12,93	11,41	29,29
рагу	200	20,00	236	15,73	14,66	28,92
хлеб ржаной	70	5,00	126,7	1,85	0,36	23,94
сок	200	8,00	86,4	0,2	0,3	22,2
		75,00				

Завтрак (5-11 класс)

Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
омлет	200	25,00	466,5	14,2	47,97	21,08
молоко	300	12,00	150	8,7	7,5	12
хлеб пшеничный	80	8,00	177,6	6,08	0,64	39,36

апельсин	150	25,00	40	0,9	0,2	8,01
		70,00				
Обед (5-11 класс)						
Салат Солнышко	100	10,00	38,25	0,98	0,2	8,08
пельмени	130	36,00	330	16,16	14,26	36,61
рагу	250	25,00	236	15,73	14,66	28,92
хлеб пшеничный	50	8,00	117,5	3,8	0,4	24,3
хлеб ржаной	70	5,00	126,7	1,84	0,33	23,9
сок	200	8,00	86,4	0,2	0,3	22,2

Заведующая столовой

_____ Е.В. Панкова