

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 33 **МЕНЮ** на 14 Марта 2024 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
<i>Завтрак 1-4 кл</i>						
Макароны с сыром	16-58	10/10/230	17.05	18.71	49.14	477
Чай охлажденный с плодовым соком	4-70	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	3-72	50				
Итого	25-00		3.95	0.50	24.00	117
<i>Завтрак 5-11 кл</i>						
Бутерброд с маслом	7-75	10/30	1.70	14.40	10.80	164
Макароны с сыром	13-09	10/5/235	17.42	19.11	50.21	487
Чай охлажденный с плодовым соком	4-70	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-46	60				
Итого	30-00		4.74	0.60	28.80	140
<i>Обед 1-4 кл</i>						
Салат из свежих помидоров и огурцов	11-84	60	0.54	4.26	1.92	63
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	9-60	250/5	1.80	5.57	7.77	93
Котлета рубленая из птицы с соусом	33-49	60/40	14.50	12.82	10.01	201
Каша пшеничная вязкая	5-87	150	5.32	4.89	20.50	211
Напиток из сухофруктов	4-29	200	0.10		26.40	102
Хлеб ржаной	2-91	60/2 кус				
Итого	68-00		2.82	0.60	24.60	126
<i>Обед 5-11 кл</i>						
Салат из свежих помидоров и огурцов	14-67	100	0.90	7.10	3.20	105
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	9-60	250/5	1.80	5.57	7.77	93
Котлета рубленая из птицы с соусом	33-49	60/40	19.80	17.64	9.00	296
Каша пшеничная вязкая	7-04	180	6.38	5.87	24.60	253
Напиток из сухофруктов	4-29	200	0.10		26.40	102
Хлеб ржаной	2-91	60/2 кус				
Итого	72-00		2.82	0.60	24.60	126
<i>Полдник (14-00)</i>						
Вафли тортимилка	11-23	20	1.20	5.60	12.32	80
Напиток апельсиновый	5-25	200	0.20	0.04	25.73	100
Мандарин	13-52	80				
Итого	30-00		0.48		13.76	32
<i>Итого за весь день</i>						
			21.34	19.23	95.67	689
			24.20	34.13	112.34	886
			25.08	28.14	91.20	796
			31.80	36.78	95.57	975
			1.88	5.64	51.81	212

Зав производством

Леонтьева Л.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.