

# МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий отделением:  / Н.А. Шепелева/

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп из овощей с курицей со сметаной	250\10	19,43	144	5,9	6,3	16
	2 блюдо		Гуляш из говядины	100	42,03	117,5	9,1	7,5	3,4
	гарнир		Рис припущенный с кукурузой	150	22,59	170	3,5	5	27,8
	напиток		Кисель из свежих ягод	200	14,35	89	0,3	0,2	21,5
	хлеб белый		Хлеб Свежий	45	4,50	58,4	1,5	0,4	12,2
	хлеб черный		Хлеб Украинский	45	4,50	41,3	0,7	0,1	9,4
					107,70				

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша из овсянных хлопьев " Геркулес"	200	42,73	190	6,5	6,7	26
	гор.напиток		Чай с лимоном и апельсином " Цитрусовый заряд"	200	24,10	63	0,2	0	15,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	83	4,50	77,8	2	0,6	16,2
	фрукты		Яблоко	256	45,37	59,2	0,4	0	14,4
				Бутерброд с сыром и маслом	33	21,70	184	8	12
Обед					138,40				
	закуска								
	1 блюдо		Суп из овощей с курицей со сметаной	250\10	21,43	144	5,9	6,3	16
	2 блюдо		Гуляш из говядины	100	49,34	117,5	9,1	7,5	3,4
	гарнир		Рис припущенный с кукурузой	150	32,59	170	3,5	5	27,8
	напиток		Кисель из свежих ягод	200	14,35	89	0,3	0,2	21,5
	хлеб белый		Хлеб Свежий	83	4,50	58,4	1,5	0,4	12,2
	хлеб черный		Хлеб Украинский	50	2,70	41,3	0,7	0,1	9,4
					124,91				