
шк. №28

утверждаю нач.лагеря

Е.А. Ларионова Е.А.

МЕНЮ

29 марта 2022 год						
№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
1	Н-к из шиповника	200	97	0,70	0,30	22,80
2	Батон нарезной	20	52,4	1,50	0,58	10,28
3	Йогурт	125	115,06	6,61	4,23	11,24
4	Масло сливочное	10	74,8	0,05	8,25	0,01
5	Сыр порционнo	20	71,06	5,20	5,30	0,70
6	Каша рисовая молочная	200	229,4	5,54	8,62	32,40
7						
	11 часов					
	Сок пакетир.	200	90	0,00	0,00	22,40
ОБЕД						
1	Шницель мясной нат.	100	257,4	16,02	15,75	12,87
2	Суп карт.с бобовыми	250	144,9	5,72	3,77	21,93
3	Хлеб пшеничный	40	94	3,04	0,32	19,68
4	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
5	К-т из св.ягод	200	96	0,50	0,20	23,10
6	Огурец порционнo	40	14,4	0,66	0,12	2,28
7	Картофельное пюре	180	165,6	3,78	7,92	19,62
8	Апельсин св.	240	76	1,60	0,40	15,00
9	Вафли	38	140	1,12	1,32	30,92
10	Шоколад	50				

Зав.производством Клевакина Н.В.

Н.В. Клевакина