



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 27 декабря 2021 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Каша вязкая «Дружба»	200/10	19-79	8,7	13,2	57	369,8
2	Сыр порционно	30	18-56	10,6	12	5	197,3
3	Фрукты свежие (яблоко)	140	22-55	0,5	0,5	21	51
4	Чай с сахаром	200/15	2-60	0,2	0	15	61
5	Батон йодированный	30	1-50	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО:		65-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Рассольник Ленинградский	250	10-94	8,5	8,3	13	152,3
2	Гуляш из мяса птиц	50/50	35-73	4,5	2,4	0,6	36,1
3	Рис отварной	150	10-87	3,6	6	26,5	209
4	Овощи свежие (огурцы)	15	3-46	0,8	0,1	2,8	15
5	Чай с сахаром	200/15	2-60	0,2	0	15	61
6	Хлеб ржаной	50	1-40	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		65-00				

Инд.предприниматель

Зав.производством

Архиповский М.В.

Кавина И.П.



Меню

От 28 декабря 2021 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/25	48-04	28	17,8	45,1	463,4
2	Сок фруктовый	200	15-00	1	0,2	20,2	92
3	Чай с низким содержания сахара	200/13	1-96	0,2	0	15	61
4							
	ИТОГО:		65-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Щи из свежей капусты с картофелем	250	11-42	2,6	5,8	18,8	154,6
2	Тефтели мясные с соусом	60/50	28-19	8,7	17,1	21,1	216
3	Макароны отварные	150	7-88	3,4	4,2	35,6	254
4	Овощи свежие (помидоры)	30	8-22	0,8	0,1	11,3	71
5	Компот из сухофруктов с вит.С	200	7-71	0,8	0,12	21,8	86,2
6	Хлеб ржаной	50	1-58	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		65-00				

Инд.предприниматель

Зав.производством

Архиповский М.В.

Кавина И.П.