

составлено
 Инструктором
 по обществу
 А.И.И.И.И.



ГБОУ ООШ №2 ЦИДС «Найт»

Меню на 07.11.2022г.

Меню на 07.11.2022г. дели/сид	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	всли	сид	всли	сид	всли	сид	всли	сид	всли	сид
Завтрак										
Каша молочная рисовая	150	200	4,875	6,5	6,075	8,1	24,075	8,1	167,25	223
Батон с маслом	20/4	40/5	1,58	3,02	5,24	4,79	9,81	20,40	93,87	138,7
Чай сладкий с лимоном	150	180	0,1	0,12	0,01	0,02	8,5	10,20	28,56	34,28
Всего за завтрак	324	425	6,555	9,64	11,325	12,91	42,385	38,7	289,68	395,98
2 Завтрак										
Сок	100	120	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
Всего за 2 завтрак	100	120	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
Обед										
Икра рыбачковая	30	60	0,54	0,72	2,78	3,48	43,47	4,63	35,1	46,80
Борщ на к/б со сметаной	150	200	7,5	8,32	17,8	19,8	63,9	71,01	104,7	174,52
Бефстроганов из печени	40	500	12,285	17,43	7,074	11,64	8,569	227,10	144,935	162,31
Картофельное пюре	120	150	2,112	3,39	3,783	4,69	15,912	27,66	102,176	168,69
Компот из с/фруктов	180	200	0,23	0,31	0,1	0,1	18,28	24,37	72,57	96,76
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88
Всего за обед	575	690	25,087	33,19	32,197	40,49	127,361	186,44	540,161	748,66
Уплотненный подзаказ										
Суп молочный пшеничный	150	180	5,26	7,01	6,07	8,09	21,29	28,39	159,75	196,53
Булочки дрожжины	70	100	7,83	10,45	3,87	5,26	20,34	27,21	166,5	222
Молоко	150	180	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,6
Всего за уплотненный подзаказ	371	30480	18,33	2225,8	13,87	20,35	3053,89	84,09	377	545,88
Всего за день	1369	1715	49,372	69,11	57,692	74,23	233,436	291,48	1248,841	1743,02