

директор МБОУ "СОШ №16"

Ефимова М.В.

МЕНЮ



06 декабря 2024

с 7-11

ЗАВТРАК

наименование блюда	выход	б	ж	у	ккал
каша молочная из риса, пшеница с м/сл	200/10	5,8	10,67	41,48	286,36
чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40
батон	50	3,75	1,45	18,7	131
сыр	20	4,82	5,9	0,06	73
печенье овсяное	30	0,36	1,43	9,77	45
пюре яблочное	125	0,26	0,17	13,81	52
сок	200	1,2	0	21,6	126
ИТОГО:		16,72	19,62	114,9	753,36

ОБЕД

наименование блюда	выход	б	ж	у	ккал
икра кабачковая (консерва овощная)	60	0,72	2,83	7,62	46,5
суп картофельный с макар. издел.	250	2,56	2,78	15,68	109
плов	150/50	21,9	22,52	34,69	429
какао с молоком	200	4,7	5	31,8	187
хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	16,1	118
мандарины	100	0,4	0	22,08	88
ИТОГО:		34,08	33,53	128	977,5

Повар

Евсеев

Шерстернева Е.А.

Калькулятор

Кузнецова

Куженова Г.Г.