Меню: четверг 1 неделя 15.12.2022 г.
По структурному подразделению ГБОУ СОШ №14

№	Наименование блюд	Выход 1-3	Выход 3-7	Калорийность 1-3	Каллорийность 3-7	Пищевые вещества		
						белки	жиры	углеводы
Завтрак								
1	Каша манная молочная	150	180	120,01	160,13	2,25/3,0	3,58/4,77	19,72/26,3
2	Бутерброд с маслом с сыром	22/4/18	26/5/22	90,000	120,000	3,65/5,2	5,32/6,51	9,7/12,9
3	Кофейный напиток на молоке	135	165	68,360	90,530	2,34/2,85	2,0/2,41	10,25/14,36
2 завтрак	Снежок	150	180	109,20	124,32	3,92/4,48	3,5/4,0	15,4/17,6
	Кондитерское изделие	18	18	88,54	88,54	0,73/0,73	0,83/0,83	19,37/19,37
Обед					Обед			
1	Салат из свежих помидор и огурцов	40	60	29,66	44,49	0,39/0,59	2,46/3,69	1,49/2,23
2	Рассольник с мясом со сметаной	150	200	76,87	128,12	1,2/2,0	4,07/6,78	8,86/14,77
3	Голубцы ленивые в томатно-сметанном соусе	165	210	123,84	148,61	9,2/11,04	0,64/0,768	20,32/24,384
4	Компот из сушеных фруктов	150	180	64,735	86,210	0,33/0,44	0,015/0,02	15,82/21,09
5	Хлеб пшеничный	30	40	46,760	93,520	1,58/3,16	0,2/0,4	9,66/19,32
6	Хлеб ржаной	40	50	68,320	85,400	2,64/3,3	0,48/0,6	13,36/16,7
Полдник					Полдник			
1	Суп молочный с вермишелью	140	160	172,17	229,56	5,99/7,99	5,12/6,83	24,2/32,27
2	Чай с сахаром	150	180	23,73	28,48	0,51/0,61	0,21/0,28	14,23/18,67
3	Батон	22	26	90,0	120,0	3,34/4,45	4,23/5,64	9,7/12,9
4	Яйцо	1 шт	1 шт	64,04	64,04	5,4/5,4	4,6/4,6	0,26/0,26
5	Фрукт	100	100	44	44	4/4	0/0	9,8/9,8

Руководитель СП _____
Ст м/с _____