

Меню**«19» апреля 2021г.****понедельник (1-ый день)**

№реп	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i>					
51	Суп крестьянский с пшеном	250	2,31	7,74	15,43	140,59
227	Макароны отварные	150	5,52	5,30	35,32	211,10
363	Колбаса отварная	60	18,0	27,0		315,0
271	Какао со сгущенным молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71
480	Хлеб пшеничный	80	6,0	2,32	41,12	173,36
	Итого: 75-50					
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i>	выход	белки	жиры	углев.	ккал
51	Суп крестьянский с пшеном	250	2,31	7,74	15,43	140,59
227	Макароны отварные	200	7,36	7,06	47,10	281,46
363	Колбаса отварная	60	18,0	27,0		315,0
271	Какао со сгущенным молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71
480	Хлеб пшеничный	100	7,50	2,9	51,40	261,70
	Итого:84-66					

«20» апреля 2021г.**Вторник(2-ой день)**

№реп	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i>					
37	Борщ из свежей капусты с курой	250	1,90	6,66	10,81	111,11
241	Пюре картофельное	150	3,19	6,06	23,30	160,46
189	Котлета мясная	100	10,68	11,72	5,74	176,75
274	Кисель	200	1,36		29,02	116,19
480	Хлеб пшеничный	80	6,0	2,32	41,12	173,36
	Итого: 75-50					
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i>	выход	белки	жиры	углев.	ккал
37	Борщ из свежей капусты с курой	250	1,90	6,66	10,81	111,11
241	Пюре картофельное	200	4,26	8,08	31,06	213,94
189	Котлета мясная	120	12,82	14,06	6,89	212,10
274	Кисель	200	1,36		29,02	116,19
480	Хлеб пшеничный	100	7,50	2,9	51,40	261,70
	Итого:84-66					

«21» апреля 2021г.

среда (3-й день)

№репц	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i>					
47	Суп вермишелевый	250	2,83	2,86	21,76	124,09
5	Салат из свежей капусты с огурцом и помидором	200	4,44	22,04	6,80	243,48
285	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	2,01	2,39	25,65	131,87
480	Хлеб пшеничный	80	6,0	2,32	41,12	173,36
	Итого: 75-50					
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i>	выход	белки	жиры	углев.	ккал
47	Суп вермишелевый	250	2,83	2,86	21,76	124,09
5	Салат из свежей капусты с огурцом и помидором	200	4,44	22,04	6,80	243,48
285	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	2,01	2,39	25,65	131,87
480	Хлеб пшеничный	100	7,50	2,9	51,40	261,70
	Итого:84-66					

«22» апреля 2021г.

Четверг(4-й день)

№репц	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i>					
206	Жаркое по домашнему из мясных консервов	200	18,42	20,69	19,77	337,60
335	Пирог с капустой и яйцом	120	9,28	7,78	3,47	338,60
300	Чай с сахаром	200	0,12		12,04	48,64
480	Хлеб пшеничный	80	6,0	2,32	41,12	173,36
	Итого: 75-50					
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i>	выход	белки	жиры	углев.	ккал
206	Жаркое по домашнему из мясных консервов	250	23,02	25,86	24,71	422,0
335	Пирог с капустой и яйцом	120	9,28	7,78	3,47	338,60
300	Чай с сахаром	200	0,12		12,04	48,64
480	Хлеб пшеничный	100	7,50	2,9	51,40	261,70
	Итого:84-66					

--	--	--	--	--	--	--

«23» апреля 2021г.

Пятница (5-й день)

№реци	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i>					
72	Суп рыбный	250	6,62	8,31	21,28	184,48
102	Каша « дружба»	205	6,55	8,33	35,09	241,11
293	Сок	200	2,0	0,2	5,8	36,0
480	Хлеб пшеничный	80	6,0	2,32	41,12	173,36
	Итого: 75-50					
	<i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i>	выход	белки	жиры	углев.	ккал
72	Суп рыбный	250	6,62	8,31	21,28	184,48
102	Каша « дружба»	205	6,55	8,33	35,09	241,11
293	Сок	200	2,0	0,2	5,8	36,0
480	Хлеб пшеничный	100	7,50	2,9	51,40	261,70
	Итого:84-66					