

Меню школьника на 11.11.2020г. шк.№

	Выход, г				Ккал
	100	б	ж	у	
Завтрак					
Мюсли овсяные с сухофруктами	150	5,4	6,4	27,1	187,6
Ветчина порц.	30	12,8	19,7	1,5	234,5
Какао	200	2,1	1,8	8,6	59
Батон пектиновый	20	8,0	2,7	54,8	275,5
Молоко 3,2%	200	2,9	3,2	4,7	60,9
Мед	10	0,8	0,0	80,3	328
Итого за завтрак:		50-55			
Обед					
Помидор свежий порц.	60	3,8	0,2	1,1	21,4
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/10	0,7	2,0	3,4	34,4
Котлеты Нежные	80	8,2	11,4	5,4	157
Каша гречневая с овощами	150	5,9	4,0	26,5	165,3
Компот из фруктов и ягод с/м	200	2,5	0,0	11,2	54,8
Фрукт	150	0,4	0,4	9,8	55
Хлеб пшеничный	30	7,6	0,8	49,2	235
Хлеб ржано-пшеничный	40	6,6	1,2	39,6	198
Итого за обед:		77-00			
Полдник					
Сдобное булочное изд. пром. пр-ва	70	7,1	13,1	55,7	369,1
Кефир	200	2,9	2,5	4,0	50,1
Итого за полдник:		30-00			

Директор

Д.С.Семикопенко

Бухгалтер

Ж.В. Леонова

Зав.производством