|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  ***Меню на 24.09.2020  (Четверг)*** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |   |
| Сыр порционно | 18 | 55,0 | 3,5 | 4,4 |   |   |
| Шницель " Нежный" | 80 | 197,0 | 13,7 | 11,4 | 9,4 | 0,8 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 186,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 70 | 17,0 | 0,8 | 0,1 | 2,7 | 0,2 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 125,0 | 2,3 | 1,8 | 25,0 | 2,1 |
| Батон | 40 | 137,0 | 3,8 | 1,6 | 26,8 | 2,2 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **783,0** | **29,6** | **31,5** | **91,9** | **7,6** |
| ***Завтрак 5-11 класс*** |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |   |
| Сыр порционно | 10 | 33,0 | 2,7 | 2,5 |   |   |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 159,0 | 11,4 | 12,3 | 1,6 | 0,1 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 70 | 17,0 | 0,8 | 0,1 | 2,7 | 0,2 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 125,0 | 2,3 | 1,8 | 25,0 | 2,1 |
| Батон | 31 | 106,0 | 2,9 | 1,2 | 20,8 | 1,7 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **506,0** | **20,2** | **25,2** | **50,2** | **4,1** |
| ***Обед*** |
| Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом,сметаной, зеленью | 10/255 | 111,0 | 4,2 | 4,7 | 9,5 | 0,8 |
| Запеканка картофельная с мясом, маслом | 200/5 | 363,0 | 14,3 | 19,5 | 23,6 | 2,0 |
| Капуста соленая с маслом растительным, сахаром (доп гарнир) | 70 | 63,0 | 1,1 | 3,6 | 8,0 | 0,7 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79,0 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 50 | 100,0 | 3,3 | 0,6 | 20,5 | 1,7 |
| Батон | 45 | 154,0 | 4,3 | 1,8 | 30,2 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **870,0** | **27,4** | **30,4** | **110,7** | **9,3** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118,0 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Пирожок печеный сдобный с яйцом | 75 | 219,0 | 7,9 | 11,3 | 18,1 | 1,5 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **337,0** | **13,5** | **17,7** | **27,5** | **2,3** |