

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

На 11.05.2022 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Второй завтрак				
Фрукты		130	10,49	55
	Итого: 20,00		10,49	55
Обед				
Рис отварной		150	34,86	200
Гуляш		100	5,50	255
Суп картофельный		250	16,64	101
Чай с лимоном		207	10,56	42
Хлеб ржаной		80	26,72	139
Салат из свеклы		50	4,18	47
	Итого: 100,00		98,46	784
Полдник				
Сок яблочный		200	20,20	85
Пряники		30	6,44	102
	Итого: 20,00		26,64	187
Первый ужин				
Сыр (порциями)		15	0,00	54
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофелем		90	34,52	230
Хлеб пшеничный		60	29,00	140
Каша молочная жидкая "Геркулес"*		210	33,29	265
Какао с молоком (п)		200	17,58	119
	Итого: 60,00		114,39	808
Второй ужин				
Сок фруктовый		150	19,05	79
Хлеб пшеничный		30	14,50	70
	Итого: 15,00		33,55	149
	Итого: 215,00		283,52	1983

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах		Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
Белки	Жиры	283,52	0,73	0,95	112,96	191,58	3,50	
62,05	61,43							
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
614,18	1063,99	230,04	16,94					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.