| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | **ВТОРНИК** | | | | | | | |
| | **ЗАВТРАК 7-11 лет** | | | | | | | | | | | | |
| 47 | Каша геркулесовая молочная | 1/150 | 6,79 | 12,44 | 28,74 | 256,97 | 0,18 | 1,06 | 0 | 150,62 | 210,37 | 51,1 | 1,35 |
| | крупа геркулесовая, молоко3,2%, масло сливочное | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | 1/20 | 0,26 | 14,5 | 0,09 | 132,2 | 0 | 0 | 0 | 4,8 | 4 | 0,6 | 0,04 |
| | Чай | 1/200 | 0,4 | 0 | 1,38 | 21,8 | 0 | 0,2 | 0,1 | 9,9 | 16,5 | 8,8 | 1,64 |
| | Хлеб пшеничный | 1/20 | 3,16 | 0,4 | 20,76 | 94,4 | 0,064 | 0 | 0 | 10 | 34,4 | 14 | 0,64 |
| | Хлеб ржаной | 1/20 | 1,36 | 0,24 | 9,28 | 43 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 24,6 | 9,2 | 0,46 |
| | | ***ИТОГО:*** | 10,61 | 27,34 | 50,97 | 505,37 | 0,244 | 1,26 | 0,1 | 175,32 | 265,27 | 74,5 | 3,67 |
| | **ЗАВТРАК 12-18 лет** | | | | | | | | | | | | |
| 47 | Каша геркулесовая молочная | 1/200 | 8,48 | 15,55 | 35,93 | 321,21 | 0,225 | 1,32 | 0 | 188,25 | 262,96 | 63,87 | 1,69 |
| | крупа геркулесовая, молоко3,2%, масло сливочное | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | 1/20 | 0,26 | 14,5 | 0,09 | 132,2 | 0 | 0 | 0 | 4,8 | 4 | 0,6 | 0,04 |
| | Чай | 1/200 | 0,4 | 0 | 1,38 | 21,8 | 0 | 0,2 | 0,1 | 9,9 | 16,5 | 8,8 | 1,64 |
| 72 | Плюшка с маком | 1/80 | 7,6 | 4,5 | 60 | 297 | 0,11 | 0 | 0 | 19 | 67 | 14 | 0,9 |
| | тесто дрожжевое сдобное, мак | | | | | | | | | | | | |
| | Груша | 1/100 | 0,6 | 0,00 | 16,05 | 63,00 | 0,03 | 7,5 | 0 | 28,5 | 24 | 18 | 3,45 |
| | Хлеб пшеничный | 1/20 | 3,16 | 0,4 | 20,76 | 94,4 | 0,064 | 0 | 0 | 10 | 34,4 | 14 | 0,64 |
| | Хлеб ржаной | 1/20 | 1,36 | 0,24 | 9,28 | 43 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 24,6 | 9,2 | 0,46 |
| | | ***ИТОГО:*** | 20,5 | 34,95 | 134,21 | 929,61 | 0,429 | 9,02 | 0,1 | 260,45 | 145,9 | 119,27 | 8,36 |
| | **ОБЕД 7-11 лет** | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Салат из свеклы с растительным маслом | 1/60 | 0,84 | 5,05 | 5,07 | 69 | 0,01 | 5,64 | 0 | 23,07 | 24,25 | 12,54 | 0,8 |
| | свекла отварная, масло растительное | | | | | | | | | | | | |
| 29 | Суп рыбный с пшеном | 1/200/20 | 2,37 | 4,6 | 17,22 | 122 | 0,12 | 16,5 | 0,02 | 18,57 | 67,4 | 26,67 | 0,97 |
| | филе пангасиуса, крупа пшенная, картофель, лук, масло | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Гуляш из курицы | 80/45 | 61,8 | 27 | 29,3 | 373 | 0,06 | 6,39 | 0,03 | 25,44 | 229,53 | 101,17 | 1,8 |
| | филе куриное бедра, масло сливочное, лук, мука, морковь, | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Картофель "Пушкин" | 150 | 3 | 4,9 | 24,48 | 159 | 0,18 | 30 | 0,03 | 43,23 | 88 | 36 | 1,57 |
| | картофель, масло сливочное | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Компот из с/м фруктов | 1/200 | 0,24 | 0 | 21,84 | 84,4 | 0 | 19,2 | 0 | 8,78 | 7,37 | 7,98 | 0,36 |
| | сухофрукты, сахар песок | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 1/20 | 3,16 | 0,4 | 20,76 | 94,4 | 0,064 | 0 | 0 | 10 | 34,4 | 14 | 0,64 |
| | Хлеб ржаной | 1/20 | 1,36 | 0,24 | 9,28 | 43 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 24,6 | 9,2 | 0,46 |
| | | ***ИТОГО:*** | 72,77 | 42,19 | 127,95 | 944,8 | 0,464 | 77,73 | 0,08 | 135,09 | 475,55 | 207,56 | 6,6 |
| | **ОБЕД 12-18 лет** | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Салат из свеклы с растительным маслом | 1/100 | 1,68 | 10,1 | 10,14 | 138 | 0,02 | 11,28 | 0 | 46,14 | 48,5 | 25,08 | 1,6 |
| | свекла отварная, масло растительное | | | | | | | | | | | | |
| 29 | Суп рыбный с пшеном | 1/250/20 | 2,844 | 5,52 | 20,66 | 146,40 | 0,14 | 19,80 | 0,02 | 22,28 | 80,88 | 32,00 | 1,16 |
| | филе пангасиуса, крупа пшенная, картофель, лук, масло | | | | | | | | | | | | |