



МЕНЮ на 18 ноября 2020 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 1-4 классов					
Огурец порционно	60	0,12	0,06	1,02	6
Котлета рыбная	75	9,76	6,21	11,75	142,4
Рис отварной с маслом	0,1/5	3,73	12,62	36,76	275,7
Кисель п/я	200	0,1	-	29,2	110,4
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	253
Хлеб ржаной витаминный	20	7,8	1,2	46,5	212
Завтрак 5-11 классов					
Каша молочная рисовая	200	7,51	8,34	30,44	227
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60
Бутерброд с колбасой	25/25	5,1	8,88	0,60	103
Обед в группе продленного дня					
Суп гороховый	250	21,96	21,08	66,14	593
Шницель куриный	50	12,44	9,24	12,56	183
Капуста тушеная	100	20,62	33,27	94,28	751
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60
Хлеб рж.	30	7,5	2,8	50,5	263
Хлеб пш.	20	6,6	1,1	4,1	206
Полдник в группе продленного дня					
Булочка «осенняя»	50	1,91	0,40	13,43	84
Кофейный напиток с молоком	0,2	3,17	2,68	15,98	100,6