

Утверждаю

Директор ООО "Мета-сити Сп"

Степанов

Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 19 г.о. Чкаловск

Иванов



МЕНЮ

4 день 2 недели

На 26 декабря 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		86,75				
Ряльца вареные	45г.р.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционнo	20г.р.		71,66	4,64	5,9	
Каша вязкая молочная из риса и пшени	200г./0г.р.		249,12	3,4	15,8	23,33
Какао с молоком	200г.р.		125,11	3,78	0,67	26
Фрушт альпийски	75г.р.		40,50	0,96	0,21	8,68
Батон	80г.р.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	630г.р.		783,94	25,85	28,49	104,72
Обед:		121,46				
Зеленый горошек консервирован.	100г.р.		40,20	3,10	0,20	6,50
Суп картофел. с клецками, с зеленью	250/3г.р.		144,25	3,56	4,59	18,79
Бефстроганов из филе птицы	50/50г.р.		190,00	12,13	14,81	2,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150г.р.		231,86	8,90	4,10	39,94
Компот из свежих ягод	200г.р.		116,80	0,52	0,18	24,84
Хлеб пшеничный	30г.р.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30г.р.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	863г.р.		862,02	32,26	24,51	121,28
Полдник:		54,13				
Печенье	30г.р.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кисломолочный продукт кефир	150г.р.		88,50	4,36	4,8	6,00
Всего в полдник	180г.р.		202,50	5,80	11,58	19,56
Всего за день			1849,46	53,91	64,58	245,56

Зач. Личное дело

Калькулятор

Степанов