

Меню на 22.04.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
--------------	--------------------	--------------------	--	----------------------

Завтрак (ОВЗ)

150	Каша рисовая молочная жидкая	27,01	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	24-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	3-80
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-20

Итого за ЗавтракКалорийность-297, Белки-6, Жиры-6,
Углеводы-54**32-40****Обед 1-4 класс**

60	Салат из свеклы с р/маслом	21	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	8-50
200	Уха со взбитым яйцом с рыбой	60	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-10	20-25
150	Макаронные изделия отварные с маслом	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-80
90	Голубцы "Уралочка"	191	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-13	49-70
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	3-80
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-20
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-00

Итого за Обед 1-4 классКалорийность-790, Белки-33, Жиры-30,
Углеводы-107**101-25****Платный обед**

100	Салат из свеклы с р/маслом	21	Калорийность-115, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-9	12-00
250	Уха со взбитым яйцом с рыбой	60	Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-13	26-50
200	Макаронные изделия отварные с маслом	97	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	17-00
100	Голубцы "Уралочка"	191	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-14	61-00
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	3-80
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-20
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-00

Итого за Платный обедКалорийность-958, Белки-39, Жиры-38,
Углеводы-126**128-50**