



### Меню на категорию питающихся с 1 по 4 классы

Меню МБОУ "СОШ № 37"			Отд./корп				День	18.10.2021	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска		Горячий бутерброд с помидором и сыром	20/15/15		99,55	4,8	4,43	9,88
	гор.блюдо		Каша молочная пшеница	200		225,86	7,42	6,82	33,7
	фрукты		Яблоко	150		70,5	0,06	0,06	14,72
	напиток		Какао с молоком	200		144	3,6	3,3	25
	хлеб		Хлеб ржаной	20		46,4	1,2	0,22	9,88
				Итого:			562,81	17,08	14,83
Обед	закуска		Кукуруза консервированная	60		40,8	1,32	0,24	8,82
	суп		Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20		276,83	13,09	11,95	29,21
	гор.блюдо		филе птицы запеченное с помидором	90		189,99	20,25	11,52	1,35
	гарнир		каша гречневая рассыпчатая	150		253,09	8,76	6,66	39,61
	напиток		компот из яблок	200		86	0,2	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	45		108,5	3,3	0,23	21,8
	хлеб		хлеб ржаной	25		58	1,5	0,28	12,35
			Итого:			1010,51	48,42	30,82	133,14
			Повар	<i>Апанова</i>					
			Калькулятор	<i>Апанова</i>					