


 Утверждаю
 Директор МБОУ "СОШ №37"
 Д.Л. Апанова

Меню на категорию питающихся с 1 по 4 классы

Меню МБОУ "СОШ № 37"			Отд./корп				День	19.10.2021	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска		Сыр в индивидуальной упаковке	17,5		49,98	1,7	4,42	0,85
	гор.блюдо		минтай тушеный с овощами	80		93,51	12,42	2,88	4,59
	гарнир		картофель запеченный со сметаной	150		158,25	3,6	4,5	25,85
	напиток		напиток яблочно-клубничный с лимоном	200		69,6	0,22	0,12	16,66
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		70,5	2,2	0,15	14,5
	хлеб		Хлеб ржаной	20		46,4	1,2	0,22	9,88
				Итого:			488,24	21,34	12,29
Обед	закуска		Икра свекольная	60		75,42	1,14	4,86	6,78
	суп		рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной	200/20/10		175	3	8,2	22,56
	гор.блюдо		котлета мясная с сыром	90		272,7	16,45	20,31	5,73
	гарнир		макароны отварные	150		211,5	5,4	4,9	36,4
	напиток		компот из красной смородины	200		81	0,2	0,01	18
	хлеб		хлеб пшеничный	30		70,5	2,2	0,15	14,5
	хлеб		хлеб ржаной	20		46,4	1,2	0,22	9,88
			Итого:			932,52	29,59	38,65	113,85
			Повар	<i>Аманьева</i>					
			Калькулятор	<i>Аманьева</i>					