

21 мая 2024 г.

Обучающиеся 1-4 классов

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша гречневая на молоке с яйцом	200 гр.	288,40
Масло сливочное	10 гр.	70,90
Батон	50 гр.	131,83
Кофейный напиток с молоком	180 гр.	107,50
Мандарин	110 гр.	41,80
<i>ИТОГО ЗАВТРАК</i>	550 гр.	640,43
10-00 Нектар овощной	100 гр.	56,0

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из свеклы с черносливом	60 гр.	78,90
Суп- лапша домашняя	200 гр.	75,30
Филе рыбное запеченное в соусе	90 гр.	178,35
Пюре картофельное	150 гр.	150,38
Хлеб пшеничный	30 гр.	79,10
Хлеб ржано-пшеничный	25 гр.	59,63
Компот из изюма	200 гр.	113,07
<i>ИТОГО ОБЕД</i>	755,0	734,68

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Ватрушка с джемом	100 гр.	318,57
Кефир с лактулозой	200 гр.	148,89
<i>ИТОГО ПОЛДНИК</i>	300,0	467,46