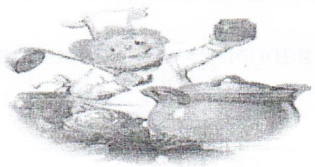

МЕНЮ НА 15 НОЯБРЯ 2023г

Утверждаю
Директор КГКОУ ШИ №4
Алхимина Н.Ю.

Школа	КГКОУ ШИ4			Отд./корп				День	3 день
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	413	Каша геркулесовая	200		127,86	2,26	2,67	22,45
	гор.напиток	397	Какао с молоком сгущенным	200		103,56	4,2	2,16	17,2
	хлеб	111	Батон нарезной	40		20,56	2	1,16	20,56
		7	Сыр	10		36	2,32	2,95	0
		703	Масло сливочное	10		66,1	0,08	7,25	0,13
		368	Яблоки	100		38	0,8	0,2	7,5
Обед	закуска	17	Салат из свежих огурцов	100		67,3	0,76	5,09	5,38
	1 блюдо	76	Рассольник ленинградский	250		218,6	9,2	11,7	17,92
	2 блюдо	300	Рыба, запеченная в омлете	120		186,91	17,88	7,91	9,9
	гарнир	318	Картофель отварной	150		142,35	2,86	3,32	26,01
	сладкое	380	Кисель	200		105,2	0,1	0,04	26,14
	хлеб бел.	701	Хлеб пшеничный	50		105,75	2,36	0,45	21,73
	хлеб черн.	700	Хлеб ржаной йодированный	40		16,93	0,03	0	6,44