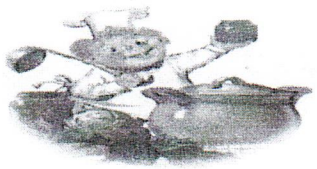

**МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ 2023г**

Утверждаю
Директор КГКОУ ШИ №4
Алхимина Н.Ю.

| Школа | КГКОУ ШИ4 | | | Отд./корп | | | | День | 5 день |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 237 | Запеканка из творога | 200 | | 189,4 | 9,58 | 9 | 9,9 |
| | гор.напиток | 395 | Кофейный напиток с молоком | 200 | | 101,12 | 3,16 | 2,68 | 15,96 |
| | хлеб | 111 | Батон нарезной | 40 | | 104,8 | 2 | 1,16 | 20,56 |
| | | 7 | Сыр | 10 | | 36 | 2,32 | 2,95 | 0 |
| | | 368 | Яблоки | 100 | | 47 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 45 | Винегрет овощной | 100 | | 79,25 | 1,16 | 4,15 | 9,81 |
| | 1 блюдо | 82 | Суп картофельный с гречневой крупой | 250 | | 224,52 | 7,09 | 8,9 | 18,43 |
| | 2 блюдо | 285 | Печень говяжья по-строгановски со сметанным соусом | 120 | | 184,57 | 9,71 | 11,54 | 9,42 |
| | гарнир | 315 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 155,1 | 3,76 | 3,83 | 31,14 |
| | сладкое | 376 | Напиток из шиповника | 200 | | 87,78 | 0,68 | 0,28 | 20,74 |
| | 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 |