МЕНЮ НА 21 ОКТЯБРЯ 2022г

Утверждаю
и.о. директора КГКОУ ШИ №4
Тезева Е.М.

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