ООО "Квант-Кафе"

МБОУ СОШ № 12

05.04.2022

Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
140	Омлет натуральный	Калорийность-294, Белки-14,19, Жиры-25,35, Углеводы-2,68
50	Икра кабачковая	Калорийность-68, Белки-1,40, Жиры-3,60, Углеводы-7,27
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8
48	Печенье сахарное	Калорийность-200, Белки-3,60, Жиры-4,69, Углеводы-36
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
	Итого за Завтрак	85,76 руб
	Обед	
200	Суп картофельный с рисом	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
90/20	Тефтели рыбные	Калорийность-155, Белки-7,79, Жиры-8,25, Углеводы-11,99
150	Каша пшеничная	Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
	Итого за Обед	85,76 руб

Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
140	Омлет натуральный	Калорийность-294, Белки-14,19, Жиры-25,35, Углеводы-2,68
50	Икра кабачковая	Калорийность-68, Белки-1,40, Жиры-3,60, Углеводы-7,27
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8
48	Печенье сахарное	Калорийность-200, Белки-3,60, Жиры-4,69, Углеводы-36
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
	Обед	
200	Суп картофельный с рисом	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
90/20	Тефтели рыбные	Калорийность-155, Белки-7,79, Жиры-8,25, Углеводы-11,99
150	Каша пшеничная	Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
	Итого за день	126,26 руб

Директор МБОУ СОШ № 12 _____

Директор _____ Заведующая _____ Бухгалтер _____