



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГАОУ ТО ГРК \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

« 16 » сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
<b>Завтрак</b>						<b>80,00</b>
Бутерброд с маслом и повидлом	25/10/15	1,76	3,91	25,01	139,7	9,94
Каша молочная " Дружба"	200/10	5,43	6,52	30,45	260	15,62
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64	7,45
Хлеб ржаной	30	1,12	0,22	11,28	55,25	1,37
Фрукт (груша)	180	0,66	0,38	9,84	46,7	45,63
<b>Обед</b>						<b>135,00</b>
Нарезка из свежих помидор	80	0,4	0,03	1,3	37	15,85
Суп-картофельный	250/10/1	3,33	4,05	13,21	111,2	26,54
Соте из индейки с сезонными овощами	90	15,69	14,86	4,39	214,4	71,13
Кабачки, запеченные с овощами	100	3,05	3,11	24,64	138,8	14,38
Компот из ягодной смеси	200	0,14	0,1	15,61	65,06	4,75
Хлеб ржаной	30	1,12	0,22	11,28	55,25	1,37
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,98
<b>Полдник</b>						<b>50,00</b>
Пирог Зебра	100	4,75	11,23	41,66	195,00	21,25
Отвар из шиповника	200	0,51	0,21	12,20	65,50	5,73
Фрукт (слива)	110	0,95	0,20	23,20	104,00	23,02
<b>Итого</b>						<b>265,00</b>

Зав. Столовой \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГАОУ ТО ГРК



## МЕНЮ

« 16 » сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
<b>Обед</b>						<b>100,00</b>
Нарезка из свежих помидор	70	0,4	0,03	1,3	37	13,92
Соте из индейки с сезонными овощами	80	15,69	14,86	4,39	214,4	65,49
Кабачки, запеченные с овощами	100	3,05	3,11	24,64	138,8	13,50
Компот из ягодной смеси	200	0,14	0,1	15,61	65,06	4,75
Хлеб ржаной	30	1,12	0,22	11,28	55,25	1,37
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,98
<b>Итого</b>						<b>100,00</b>

Зав. Столовой

Мед. Работник \_\_\_\_\_