



**МЕНЮ**  
«   19   »    марта    2022г.

**5-11 класс 1 комплекс**

5 ень

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Винегрет овощной	80	1,2	4,0	11,9	88,0
Плов из мяса	280	12,5	13,7	36,5	319,3
Компотик теплый из сежих	200	0,5	0,2	23,1	96,2
0,00	0	1,8	1,5	4,5	38,7
Хлеб пшеничный	35	0,8	0,2	6,1	29,2
Хлеб ржаной	35	0,7	0,1	9,4	41,3
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_





# МЕНЮ

« 19 » марта 2022 г.

## 5-11 класс 2 комплекс

8 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Облегченный обед 2 комплекс					
Салат из отварной моркови с	50	1,19	5,51	6,33	72,47
Гуляш из мяса	50/40	8,19	6,75	3,06	85,75
Макароны отварные	180	4,86	6,93	37,14	203,55
Компот	200	0,16	0,04	5,2	50,3
Хлеб "Николаевский"	35	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный	35	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт	100	0,66	0,38	9,84	88,80
<b>Стоимость дня</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_