

МЕНЮ

_____СА Звирко

10 декабря 2025 год
ДЕНЬ 8

Завтрак												
Названия блюд	1-4 класс (выход,гр)	Энергетич еская ценность, (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы	Стоимость, руб	5-11 класс (выход,г р)	Энергетич еская ценность, (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы	Стоимость, руб
	7-11лет						12-18лет					
Овощи нат.соленые (огурцы)	60	6,00	0,48	0,06	1,02	9 - 57	100	10,00	0,80	0,10	1,70	16 - 00
Гуляш	90	198,90	13,09	22,00	2,60	33 - 64	100	221,00	14,50	24,40	2,88	39 - 11
Каша гречневая рассыпчатая	150	262,50	8,30	8,95	37,37	9 - 84	200	350,00	11,01	11,94	49,82	13 - 35
Какао с молоком	200	118,52	4,08	3,54	17,58	9 - 40	200	118,52	4,08	3,54	17,58	9 - 40
Хлеб пшеничный	25	60,50	2,02	0,25	12,20	1 - 55	35	84,70	2,83	0,35	17,80	2 - 17
Хлеб ржаной	25	53,50	1,80	0,18	12,45	1 - 90	35	74,90	1,65	0,25	17,43	2 - 66
Фрукты свежие	120	53,28	0,50	0,50	12,80	9 - 60						
Сок плодово- ягодный							200	94,00			23,40	35 - 00
Итого	670,00	753,20				75 - 50	870,00	953,12				117 - 69