

Утверждаю
 Директор МБОУ Лицей№21
 Лопушанская Н.М.



13.05.2024

МЕНЮ	13.05.2024						
	вес	7-11 лет		12-18 лет			
		цена	калорийность		вес	цена	калорийность
завтрак							
хлопья кукурузные с молоком	200	29,61	160,02		200	29,61	160,02
яйцо вареное	40	9,00	0		40	9,00	0
	0	0,00	0		0	0,00	0
чай с сахаром и лимоном	200	3,49	47,79		200	3,49	47,79
батон масло сливочное сыр полутвердый	65	29,46	214,7		65	29,46	214,7
груша	100	28,50	47,0		100	28,50	47,0
	0	0,00	0		0	0,00	0
всего:		100,06	469,51			100,06	469,51
ОБЕД							
салат из картофеля кукурузы огурца соленого и моркови	60	17,23	81,27		100	17,23	90,4
щи зеленые с курицей со сметаной	225	45,75	161,07		275	45,75	182,9
плов с говядиной	240	87,98	385,87		280	87,98	476,0
	0	0,00	0		0	0,00	0
напиток из шиповника	200	7,79	89,33		200	7,79	89,33
Хлеб пшеничный	20	2,64	47		20	2,64	47
Хлеб ржано-пшеничный с морской капустой	50	5,50	99		50	5,50	99
яблоко	100	19,00	47		100	19,00	47
ВСЕГО:		185,89	910,54			185,89	1031,0
ПОЛДНИК							
булочка с сыром	60	36,00	201,6				
сок фруктовый	200	16,40	92				
груша	100	28,50	47				
	0	0,00					
ВСЕГО:		80,90	340,6				
КАЛЬКУЛЯТОР							
ШЕФ-ПОВАР							