



приятного аппетита!



День 18



меню школьника

наименование блюд для 5–11 классов !

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	
Сыр	15	17,83	54,6	—
Плов из курицы	105/180	71,48	390,97	—
Хлеб пшеничный	40,9	5,12	95,39	—
Чай с шиповником	200/11	2,64	53,93	—
Яблоко	104	13,93	52,67	—
итого завтрак	645,9	111,00	647,56	

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	
Салат из свежих помидори огурцов	100	41,15	53,07	—
Суп картоф.мясн.фрикадельками	20/250	28,07	154,07	—
Котлета рыбная	100/5	71,08	282,12	—
Масло сливочное	5	6,85	33,05	—
Картофельное пюре	180	21,91	172,84	—
Хлеб пшеничный	40,5	5,08	94,45	—
Хлеб ржано- пшебничный	31,57	3,47	82,48	—
Компот из сухофруктов	200	5,06	86,9	—
Груша	103	18,33	55,2	—
итого обед	1044,9	201	1014,2	0

Калькулятор
Шеф.повар