

						для обучающихся, получающих двухразовое питание				
№14.9 сб.2020 Оладьи с молоком сг.						100/20	14,3	12,5	20,6	225,5
ф.б. Чай с апельсином						200/7	0,2	0,04	10	41
ИТОГО							14,5	12,54	30,6	266,5

ПЯТНИЦА

		Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
		ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
№ п-ры	Наименование	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
ф.б. Горошек консервированный (порциями)*12							40	0,73	0,13	5,8	14
№2.18сб.2020 Рассольник ленинградский со сметаной		200/10	1,9	5,1	12,5	103,4	200/10	1,9	5,1	12,5	103,4
Ф.б. Котлета «Кветка»		60	17,4	11,3	4,36	136,5	75	21,8	14,1	5,46	170,6
№10.9 сб.2020 Пюре картофельное		100	2,1	3,3	13,4	92	150	3,15	4,95	20,1	138
Сок		200	0,6	0,2	28	120	200	0,6	0,2	28	120
П/ф Блинчики "Бабушка Аня "(с яблоком или с клубникой или с творогом)		60	8	10,6	51	231	60	8	10,6	51	231
Хлеб ржаной*		20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО			31,2	30,6	118,26	725,3	545	37,38	35,18	131,86	819,4
		ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
ф.б. Горошек консервированный (порциями)							40	0,73	0,13	5,8	14
Ф.б. Котлета «Кветка»		75	21,8	14,1	5,46	170,6	100	29,4	18,8	7,27	227,4
№10.9 сб.2020 Пюре картофельное		150	3,15	4,95	20,1	138	150	3,15	4,95	20,1	138
Сок		200	0,6	0,2	28	120	200	0,6	0,2	28	120