

на « 6 » Сентябрь 2023 г. **МЕНЮ**

	Наименование блюда	Пищевая энергетическая ценность, химический состав				Выход блюда
		Белки	Жиры	Углевод.	Калор.	
ЗАВТРАК	1. Салат	0,04	0,18	5,5	25,5	60 (7-11)
	Рулетики	0,66	0,30	11,99	53,4	100 (12-18)
	2. Молоко сгущенное	2,16	2,55	16,65	98,20	30
	3. Творог и творог с рисом	24,0	10,7	15,8	255,4	150 (7-11)
		28,49	12,81	18,99	306,5	180 (12-18)
	4. Чай с лимоном	0,4	0,1	5,2	23,8	200
	Кнед шимши	2,3	0,25	14,8	70,50	30/40 (7-11)
	Всего:	3,04	0,32	19,68	93,76	Смешанно 82-00 (1-4 км)
ОБЕД <i>с 1-4 кнессе бесплатно</i>	1. Салат и свекла с вареным	4,3	7,5	4,6	102,6	60 (7-11)
		7,1	12,47	7,63	171,10	100 (12-18)
	2. Муш и свекла кенурон	4,4	5,3	6,8	92,6	200 (7-11)
		5,5	6,6	9,5	115,8	250 (12-18)
	3. Теряем Ревни с ов	15,6	20,8	21,8	335,9	100
	4. Макароны отварные	5,3	4,9	32,8	196,8	150 (7-11)
		6,4	5,9	39,4	256,2	180 (12-18)
	5. Компот и с/р	0,4	0	25,1	102,0	200
	6. Кнед шимши	1,52	0,16	9,84	46,9	25 (7-11)
		2,28	0,24	14,76	70,50	30 (12-18)
7. Кнед шимши	1,65	0,3	9,9	48,9	25 (7-11)	
	1,98	0,36	11,88	58,70	30 (12-18)	
8.						
	Всего:					Смешанно 83-50 (1-4 км) 87-00 (5-11 км)

Директор _____ Директор _____



Директор