

МЕНЮ
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
на 10.03.2022г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Огурец свежий	20	3,30	47	2,5	1,4	2,1
утв.	Жаркое с филе куриным	200	50,20	277,2	8,3	10,8	14,7
457	Чай с сахаром	200	3,00	60,5	4,1	0,08	38,6
574	Хлеб пшеничный	30	2,60	44,1	2,5	2,95	6,3
573	Хлеб ржаной	30	2,60	48,8	2,65	4,7	9,5
пром.	Фрукт	200	20,00	90	0,6	0,09	13
				568			

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ МЕНЮ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
260	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	14,80	199,6	1,5	2,5	17,2
457	Чай с сахаром	200	3,00	60,5	4,1	0,08	38,6
541	Булочка с маслом	50/5	12,90	112	5,6	5,2	79,6
				372			

МЕНЮ ДЕТЕЙ ОБЗ.

№ рец.	ЗАВТРАК	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
260	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	14,80	199,6	1,5	2,5	17,2
457	Чай с сахаром	200	3,00	60,5	4,1	0,08	38,6
541	Булочка с маслом	50/5	12,90	112	5,6	5,2	79,6
				372			
№ рец.	ОБЕД	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Огурец свежий	20	3,30	47	2,5	1,4	2,1
утв.	Жаркое с филе куриным	200	50,20	277,2	8,3	10,8	14,7
457	Чай с сахаром	200	3,00	60,5	4,1	0,08	38,6
574	Хлеб пшеничный	30	2,60	44,1	2,5	2,95	6,3
573	Хлеб ржаной	30	2,60	48,8	2,65	4,7	9,5
пром.	Фрукт	200	20,00	90	0,6	0,09	13
				568			