



Утверждаю: зав. отделом

Метамаре

13 февраля

Меню для питания учащихся <i>5-9 кл</i> на						
<i>13</i> февраля <i>2025</i> г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед (полный)						
<i>Пюре картофельное с салатом</i>	<i>250/100</i>	<i>4,7</i>	<i>6,5</i>	<i>13,7</i>	<i>132</i>	
<i>Курица, тушеная в сметане</i>	<i>100/50</i>	<i>11,9</i>	<i>12,4</i>	<i>5,3</i>	<i>184,4</i>	
<i>Макаронные изделия</i>	<i>180</i>	<i>3,8</i>	<i>3,4</i>	<i>41,1</i>	<i>210,2</i>	
<i>Каша из кураги</i>	<i>200</i>	<i>0,9</i>	<i>0,0</i>	<i>27,0</i>	<i>111,6</i>	
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>2,0</i>	<i>0,6</i>	<i>16,2</i>	<i>73,8</i>	
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40</i>	<i>3,3</i>	<i>0,7</i>	<i>30,6</i>	<i>141,8</i>	
						<i>1063,8</i>
Завтрак						
<i>Запеканка "Чарская" с яблоками</i>	<i>200</i>	<i>18,5</i>	<i>12,9</i>	<i>31,7</i>	<i>304,8</i>	
<i>Пюре картофельное с маслом</i>	<i>45</i>	<i>4,5</i>	<i>9,9</i>	<i>14,5</i>	<i>157,1</i>	
<i>Тайл, витаминизированный</i>	<i>200</i>	<i>0,7</i>	<i>0,1</i>	<i>19,8</i>	<i>82,9</i>	
<i>Апельсин</i>	<i>243</i>	<i>2,0</i>	<i>0,1</i>	<i>22,5</i>	<i>98,9</i>	
						<i>1492,4</i>

Повар
Завсоз

Степан

Важенин А Г

Лапранова С.