



Утверждаю.
Квачева Г.И.
2021г.



МЕНЮ

на 21 сентября 2021г.

1-4 классы

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углеводы гр	Калорийность , ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
Обед					
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88
Борщ с капустой и картофелем	250	1,45	3,93	10,02	82
Плов из птицы	230	19,34	16,19	33,99	359,05
Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржаной	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Чай с молоком	200	4,18	3,35	11,68	78,28
Фрукты свежие (яблоки)	100	1,01	0,79	11,6	51,91
Итого за обед:	900	31,5	28,2	69,7	732,18