



## МЕНЮ (Льготное) 4 марта 2016 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Завтрак (1-4 кл)</b>	<b>67,55 р.</b>
5,83 5	5,475	30,135	193,44	150	<b>Каша пшенная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Соль, Масло сливочное	
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
0,56	0,56	13,72	65,8	140	<b>Яблоко</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Обед (1-4 кл)</b>	<b>118,36 р.</b>
2,42 4	3,456	8,334	74,256	60	<b>Сельдь с гарниром</b> Сельдь с/с, Картофель очищенный, Яйцо диетическое, Масло растительное	
4,3	4,5	15,64	120,52	200	<b>Суп картофельный с горохом</b> Картофель очищенный, Горох колотый, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль, Сухарики из хлеба пшеничного	
16,3 5	17,58	29,535	336,33	150	<b>Плов мясной</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло сливочное, Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль	
		15,98	63,84	200	<b>Напиток фруктовый</b> Сахар-песок, Фиточай цветочно-плодово-травяной фильтр пакет 2 г	
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Завтрак (5-11 кл)</b>	<b>71,09 р.</b>
7,00 2	6,57	36,162	232,128	180	<b>Каша пшенная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль	
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
0,56	0,56	13,72	65,8	140	<b>Яблоко</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Обед (5-11кл) (1 комплекс)</b>	<b>129,24 р.</b>
4,04	5,76	13,89	123,76	100	<b>Сельдь с гарниром</b> Сельдь с/с, Картофель очищенный, Яйцо диетическое, Масло растительное	
5,37 5	5,625	19,55	150,65	250	<b>Суп картофельный с горохом</b> Картофель очищенный, Горох колотый, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль, Сухарики из хлеба пшеничного	
27,2 5	29,3	49,225	560,55	250	<b>Плов мясной</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло сливочное, Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль	
		15,98	63,84	200	<b>Напиток фруктовый</b> Сахар-песок, Фиточай цветочно-плодово-травяной фильтр пакет 2 г	
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	