**МЕНЮ ПО МБОУ ООШ №11 на «01» июня 2021 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** | Гор. блюдо | Салат из свежей капусты | 100 |  | 44.4 | 2 | 6.78 | 5.2 |
|  |  | Вареники ленивые с маслом, сах. | 200 |  | 200 | 15.8 | 15.06 | 15.6 |
|  | напиток | Какао с молоком | 200 |  | 133 | 4.9 | 5.33 | 22.2 |
|  |  | Батон йодированный | 40 |  | 100 | 2.96 | 1.16 | 21 |
|  |  | Фрукты свежие | 100 |  | 46 | 0.4 |  | 9.8 |
|  |  |  |  |  |  | |  |  |
| **Обед** | Закуска | Винегрет овощной | 60 |  | 73 | 1.48 | 6.3 | 5 |
|  | 1 блюдо | Суп с мясными фрикадельками | 250 |  | 141.63 | 7.5 | 8.08 | 16.09 |
|  | 2 блюдо | Плов с мясом | 300 |  | 494.9 | 16.02 | 21.48 | 40.68 |
|  | Гарнир |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб черн. | Дарницкий | 40 |  | 77 | 2.5 | 0.5 | 16.2 |
|  | Напиток | Компот из сухофруктов | 200 |  | 94 | 1 |  | 21.2 |
|  |  |  |  | **150 руб** |  |  |  |  |