**МЕНЮ ПО МБОУ ООШ №11 на «03» июня 2021 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Раздел** | **Блюдо** | **Выход, г.** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Калорийность** |
| **Завтрак**  |  | Салат из свежих овощей | 60 |  | 1 | 6 | 3,46 | 40 |
|  | Гор. блюдо | Омлет натуральный с маслом |  140 |  | 12,15 | 18,15 | 2,3 | 237 |
|  | напиток | Чай с лимоном |  200 |  | 0.16 | 0 | 15.2 | 59.0 |
|  |  | Батон йодированный |  40 |  | 2,96 | 1,16 | 21 | 100 |
|  | Фрукты  | Банан  |  200 |  |  | 3.0 | - | 22,0 | 92 |
|  |  |
| **Обед** | Закуска | Винегрет овощной |  100 |  | 1,8 | 6,1 | 4,7 | 40 |
|  | 1 блюдо | Суп рисвый с картофелем | 250 |  | 1,6 | 3,53 | 12,87 | 101,33 |
|  | 2 блюдо | Котлета рыбная с картофельным пюре |  80/200 |  | 23,76 | 9,44 | 37,4 | 298 |
|  | напиток | Сок натуральный |  200 |  | 1 |   | 21,2 | 94 |
|  |   | Хлеб дарницкий |  40 |  | 2,5 | 0,5 | 16,2 | 77 |
|  |  |  |  | **150 руб** |  |  |  |  |