**МЕНЮ ПО МБОУ ООШ №11 на «10» июня 2021 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел  | Блюдо  | Выход, г. | Цена  | Калорийность  | Белки | Жиры  | Углеводы  |
| **Завтрак**  | Гор. блюдо | Каша гречневая молочная | 200 |  | 185.65 | 6.3 | 8.19 | 21.39 |
|  |  | Сыр  | 20 |  | 74 | 4.68 | 1.16 | - |
|  | напиток | Кофейный напиток на молоке | 200 |  | 106.6 | 1.6 | 1.7 | 22.0 |
|  |  | Батон йодированный | 40 |  | 100 | 2.96 | 1.16 | 21 |
|  |  | Масло сливочное порц | 10 |  | 66 | 0.13 | 7.3 | 0.1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед**  | Закуска  | Салат овощной | 100 |  | 40 | 1.0 | 6.0 | 3.46 |
|  | 1 блюдо | Рассольник со сметаной на м\б | 250 |  | 119.68 | 4.025 | 8.04 | 15.29 |
|  | 2 блюдо  | Котлета рыбная с картоф.пюре | 80\200 |  | 278 | 22.33 | 17.2 | 34.31 |
|  | Гарнир  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб черн. | Дарницкий  | 40 |  | 77 | 2.5 | 0.5 | 16.2 |
|  | Напиток  | Сок натуральный | 200 |  | 94. | 1.0 |  | 21.2 |
|  |  |  |  | **150 руб** |  |  |  |  |