**МЕНЮ ПО МБОУ ООШ №11 на «17» июня 2021 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел  | Блюдо  | Выход, г. | Цена  | Калорийность  | Белки | Жиры  | Углеводы  |
| **Завтрак**  | Гор. блюдо | Каша молочная рисовая | 200 |  | 302.0 | 6.0 | 5.8 | 43.5 |
|  |  | Сыр  | 20 |  | 74 | 4.68 | 1.16 | - |
|  | напиток | Кофейный напиток на молоке | 200 |  | 106.6 | 1.6 | 1.7 | 22.0 |
|  |  | Батон йодированный | 45 |  | 117 | 3.37 | 1.35 | 22.45 |
|  |  | Масло сливочное порц | 10 |  | 66 | 0.13 | 7.3 | 0.1 |
|  |  | Шоколад  | 90 |  | 446.8 | 3.51 | 29.7 | 53.1 |
| **Обед**  | Закуска  | Салат овощной | 100 |  | 40 | 1.0 | 6.0 | 3.46 |
|  | 1 блюдо | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 |  | 84.75 | 1.75 | 4.89 | 8.49 |
|  | 2 блюдо  | Котлета рыбная | 80 |  | 164.25 | 11.27 | 4.8 | 10.34 |
|  | Гарнир  | Картофельное пюре | 200 |  | 183.0 | 4.08 | 6.4 | 27.26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб черн. | Дарницкий  | 40 |  | 77 | 2.5 | 0.5 | 16.2 |
|  | Напиток  | Компот из яблок | 200 |  | 94.0 | 1 | - | 21.2 |
|  |  |  |  | **150 руб** |  |  |  |  |