**МЕНЮ ПО МБОУ ООШ №11 на «22» июня 2021 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел  | Блюдо  | Выход, г. | Цена  | Калорийность  | Белки | Жиры  | Углеводы  |
| **Завтрак**  | Гор. блюдо | Вареники ленивые с маслом и сахаром | 200 |  | 200 | 15.8 | 15.06 | 15.6 |
|  | напиток | Какао с молоком  | 200 |  | 133.0 | 4.9 | 5.33 | 22.2 |
|  |  | Шоколад  | 40 |  | 220.8 | 1.56 | 13.2 | 23.6 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед**  | Закуска  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо | Суп перловый на м\б | 250 |  | 119.68 | 4.025 | 8.04 | 15.29 |
|  | 2 блюдо  | Бефстроганы из мяса | 100 |  | 196.82 | 11.95 | 14.99 | 3.75 |
|  | Гарнир  | Гречка | 200 |  | 360.68 | 11.4 | 9.64 | 54.9 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб бел. | Батон йодиров. | 45 |  | 117.0 | 3.37 | 1.35 | 22.65 |
|  | Хлеб черн. | Дарницкий  | 40 |  | 77 | 2.5 | 0.5 | 16.2 |
|  | Напиток  | Сок натуральный | 200 |  | 94 | 1 | 0 | 21.2 |
|  |  |  |  | **150 руб** |  |  |  |  |