



Петухова Т. А.  
26 сентября 2023

### Меню Мусорка ОБЗ

Исходная ценность				Наименование блюда	Выход
Итого	Жиры	Углеводы	КБЖУ		

Завтрак 1-4 классы					
0,62	0,4	1,42	1,2	Горошек зеленый консервированный	020
7,89	30,17	0,45	188	Палочки с крупой с соусом	090
3,5	4,1	23,5	177	Макаронные изделия отварные	150
1		33,4	94	Сок фруктовый	200
7,57	0,18	0,96	45,2	Хлеб пшеничный	020
1,02	0,3	0,416	38	Хлеб ржаной	020
15,372	16,06	14,126	620,4		

Завтрак 5-11 классы					
0,93	0,8	2,13	10,3	Горошек зеленый консервированный	030
11,225	13,586	12,415	176,02	Палочки с крупой с соусом	100
4,637	5,17	46,011	245	Макаронные изделия отварные	180
1		33,4	94	Сок фруктовый	200
1,8	0,22	12,425	56,5	Хлеб пшеничный	025
1,378	0,23	0,32	47,8	Хлеб ржаной	025
25	16,766	104,421	631,32		

Обед 1-4 классы					
1,271	1,856	1,317	49,219	Салат картофельный с огурцами	060
	6,522	11,706	35,08	Борщи с капустой и картофелем, со сметаной	210
19,809	10,114	13,843	183,108	Крокеты с соусом	090
7,716	5,284	41,393	232,105	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,10		24,273	96,705	Напиток из шиповника	180
1,82	0,78	0,54	45,2	Хлеб пшеничный	020
1,02	0,3	0,415	38	Хлеб ржаной	020
33,198	23,236	114,82	721,393		

Обед 5-11 классы					
2,128	3,08	12,156	82,432	Салат картофельный с огурцами	100
4,217	6,228	14,163	17,2	Борщи с капустой и картофелем, со сметаной	260
13,201	12,444	15,784	206,794	Крокеты с соусом	100
9,25	6,46	45,55	279	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,72		24,273	95,705	Напиток из шиповника	180
1,86	0,3	13	85	Хлеб пшеничный	030
1,662	0,3	0,524	57	Хлеб ржаной	030
37,617	29,062	138,988	956,731		

Стоимость комплекса (руб.): 162,74