



# МЕНЮ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Понедельник, 21 сентября 2020г. | Столовая школы №

## Завтрак

<b>Каша из овсяных хлопьев</b> в 100 г. содержится: белки - 3,31 г. жиры - 3,92 г. углеводы - 16,39 г. ценность - 114 ккал	200/5 г
<b>Пюре "Angry Birds" фруктово-ягодное</b>	1 шт
<b>Напиток "Несквик"</b> в 100 г. содержится: белки - 1,88 г. жиры - 1,76 г. углеводы - 2,54 г. ценность - 33,52 ккал	200 г
<b>Хлеб пшеничный</b> в 100 г. содержится: белки - 7,6 г. жиры - 0,8 г. углеводы - 49,2 г. ценность - 235 ккал	20 г

Вторник, 22 сентября 2020г. | Столовая школы №

## Завтрак

<b>Сосиска Молочная</b> в 100 г. содержится: белки - 12 г. жиры - 22 г. углеводы - 1 г. ценность - 249,99 ккал	50 г
<b>Пюре картофельное</b> в 100 г. содержится: белки - 2,22 г. жиры - 3,36 г. углеводы - 14,76 г. ценность - 98,13 ккал	150 г
<b>Фрукт свежий</b> в 100 г. содержится: белки - 0,4 г. жиры - 0,4 г. углеводы - 9,8 г. ценность - 44,4 ккал	1 шт
<b>Чай с сахаром "Школьный"</b> в 100 г. содержится: углеводы - 7 г. ценность - 28 ккал	200/15 г
<b>Хлеб пшеничный</b> в 100 г. содержится: белки - 7,6 г. жиры - 0,8 г. углеводы - 49,2 г. ценность - 235 ккал	20 г
<b>Хлеб дарницкий</b> в 100 г. содержится: белки - 6,62 г. жиры - 1,2 г. углеводы - 41,82 г. ценность - 204,56 ккал	20 г

Среда, 23 сентября 2020г. | Столовая школы №

## Завтрак

<b>Котлета "Киевская"</b> в 100 г. содержится: белки - 11,6 г. жиры - 27,05 г. углеводы - 11,06 г. ценность - 334,1 ккал	80 г
<b>Макароньы отварные</b> в 100 г. содержится: белки - 4,21 г. жиры - 3,03 г. углеводы - 26,84 г. ценность - 151,46 ккал	150 г
<b>Помидор свежий</b> в 100 г. содержится: белки - 1,1 г. жиры - 0,2 г. углеводы - 3,8 г. ценность - 21,4 ккал	15 г
<b>Напиток Чай с шиповником, с сахаром</b> в 100 г. содержится: белки - 0,1 г. углеводы - 8,74 г. ценность - 35,34 ккал	200 г
<b>Хлеб пшеничный</b> в 100 г. содержится: белки - 7,6 г. жиры - 0,8 г. углеводы - 49,2 г. ценность - 235 ккал	20 г



# МЕНЮ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Четверг, 24 сентября 2020г. | Столовая школы №

## Завтрак

<b>Гуляш из филе птицы</b> в 100 г. содержится: белки - 12,9 г. жиры - 5,51 г. углеводы - 3,7 г. ценность - 116,02 ккал	50/75 г
<b>Рис отварной</b> в 100 г. содержится: белки - 2,56 г. жиры - 3,62 г. углеводы - 26,7 г. ценность - 149,63 ккал	150 г
<b>Чай с сахаром "Школьный"</b> в 100 г. содержится: углеводы - 7 г. ценность - 28 ккал	200/15 г
<b>Хлеб пшеничный</b> в 100 г. содержится: белки - 7,6 г. жиры - 0,8 г. углеводы - 49,2 г. ценность - 235 ккал	20 г

Пятница, 25 сентября 2020г. | Столовая школы №

## Завтрак

<b>Каша пшеничная с маслом</b> в 100 г. содержится: белки - 3,77 г. жиры - 3,55 г. углеводы - 22,65 г. ценность - 137,63 ккал	200/5 г
<b>Печенье "Кантри"</b> в 100 г. содержится: белки - 6,13 г. жиры - 20,04 г. углеводы - 66,55 г. ценность - 471,1 ккал	50 г
<b>Сок фруктовый</b> в 100 г. содержится: углеводы - 10 г. ценность - 40 ккал	200 г
<b>Хлеб пшеничный</b> в 100 г. содержится: белки - 7,6 г. жиры - 0,8 г. углеводы - 49,2 г. ценность - 235 ккал	20 г