

## М Е Н Ю

19.09.2024

Приятного аппетита!

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

ШКОЛА №		ДЕНЬ 4							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо гор блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,48	30,00	2,60	2,70	0,00
		263/49	Каша молочная "Пять злаков"с карамелизованными фруктами / масло сливочное	240/5	33,99	258,80	9,20	12,70	47,10
	напиток хлеб	пром	Коктейль молочный (4)	200	44,03	118,00	2,80	3,20	4,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	63	3,50	182,52	4,92	1,28	32,08
<b>ИТОГО:</b>				<b>518</b>	<b>95,00</b>	<b>589,32</b>	<b>19,52</b>	<b>19,88</b>	<b>83,88</b>
завтрак 5-11 кл	доп блюдо гор блюдо	89	Сыр (порциями)	17	22,92	45,00	3,90	4,05	0,00
		263/49	Каша молочная "Пять злаков"с карамелизованными фруктами / масло сливочное	280/5	38,53	342,85	10,97	14,86	59,10
	напиток хлеб	пром	Коктейль молочный (4)	200	44,03	118,00	2,80	3,20	4,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	63,4	3,52	182,52	4,92	1,28	32,08
<b>ИТОГО:</b>				<b>565</b>	<b>109,00</b>	<b>688,37</b>	<b>22,59</b>	<b>23,39</b>	<b>95,88</b>
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо	120	Салат из отварной моркови с растительным маслом	60	8,46	61,00	0,70	3,60	6,10
		63/81	Рассольник Ленинградский, сметана ( мдж 15%)	200/5	21,51	108,50	5,55	5,70	13,10
	2 блюдо гарнир	414/37	Тефтели рыбные с рисом и шпинат (минтай) / соус молоч	80/20	50,63	103,90	8,40	8,60	5,40
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов	130/20	29,53	181,30	5,40	6,20	19,30
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	10,79	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп блюдо	пром	Конфета	22	6,81	23,30	0,30	1,80	5,60
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	45,4	2,77	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	45,1	2,50	121,68	3,28	0,86	21,40
<b>ИТОГО:</b>				<b>827</b>	<b>133,00</b>	<b>823,36</b>	<b>27,11</b>	<b>27,72</b>	<b>117,30</b>
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо	120	Салат из отварной моркови с растительным маслом	100	14,11	101,67	1,17	6,00	10,17
		63/81	Рассольник Ленинградский, сметана ( мдж 15%)	250/5	26,46	135,00	6,90	7,09	16,30
	2 блюдо гарнир	414/37	Тефтели рыбные с рисом и шпинат (минтай) / соус молоч	80/30	51,77	115,44	9,33	9,60	6,00
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов	150/30	37,08	217,50	6,48	7,43	23,16
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	10,79	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп блюдо	пром	Конфета	22	6,81	23,30	0,30	1,80	5,60
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	57	3,48	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	45	2,50	121,68	3,28	0,86	21,40
<b>ИТОГО:</b>				<b>969</b>	<b>153,00</b>	<b>968,69</b>	<b>31,76</b>	<b>33,95</b>	<b>134,33</b>

- 1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
- 4.Напиток промышленного производства, обогащенный кальцием.