

М Е Н Ю

20.12.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 5						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	614/37	Суфле из горбуши с овощами и рисом / соус молочный	70/20	47,04	96,30	6,30	10,30	10,80
	гор блюдо	207	Картофель в молоке	150	26,14	164,60	4,30	5,30	25,70
	напиток	10	Какао витаминизированное (4)	200	18,49	145,00	3,90	3,10	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	59,5	3,33	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	500	95,00	588,42	19,42	19,98	83,78
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	614/37	Суфле из горбуши с овощами и рисом / соус молочный	80/35	55,48	127,00	8,00	12,10	12,40
	гор блюдо	207	Картофель в молоке	180	31,37	197,52	5,16	6,36	30,96
	напиток	10	Какао витаминизированное (4)	200	18,49	145,00	3,90	3,10	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	65,4	3,66	212,94	5,74	1,50	37,40
			ИТОГО:	560	109,00	682,46	22,80	23,06	95,96
обед 1-4 кл	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (мдж)	200/5	24,66	158,50	6,97	8,70	13,80
	2 блюдо	168/31	Шницель (говядина, свинина) соус красный основной	75/40	60,31	154,80	11,20	10,90	10,70
	гарнир	188/271	Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные	130/25	23,35	235,80	3,90	6,80	37,40
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	35,3	2,17	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,68	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	740	133,00	822,62	26,99	27,68	117,90
обед 5-11 кл	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (мдж)	250/5	30,41	197,16	8,67	10,82	17,17
	2 блюдо	168/31	Шницель (говядина, свинина) соус красный основной	85/40	68,14	172,00	12,44	12,11	11,89
	гарнир	188/271	Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные	160/30	28,47	282,96	4,68	8,16	44,88
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	50	3,08	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	36,9	2,07	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	857	153,00	956,06	31,53	32,59	135,34

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1