

М Е Н Ю

11.02.2025

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 7						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	21,42	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	258/51	Запеканка творожная "Зебра" , сгущенное молоко	140/20	79,82	366,13	17,20	19,20	35,20
	напиток	2	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон)	200/7	5,04	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	30,5	1,72	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	548	108,00	587,89	19,96	19,84	84,04
завтрак 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	21,42	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	258/51	Запеканка творожная "Зебра" , сгущенное молоко	170/20	94,49	439,36	20,64	23,04	42,24
	напиток	2	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон)	200/10	6,02	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	54,4	3,07	106,47	2,87	0,75	18,67
			ИТОГО:	604	125,00	676,33	23,81	23,79	93,75
обед 1-4 кл	доп блюдо	279	Цветная капуста прпущенная	20	10,67	32,40	0,48	1,85	3,24
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе гор	200	34,59	139,80	7,20	6,30	10,80
	2 блюдо	308/40	Тефтели (говядина,свинина) соус сметанный с тома	80/30	71,61	108,60	9,20	9,70	8,70
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	16,64	235,80	3,90	6,80	37,40
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	6,51	61,00	0,10	0,10	15,41
	кондитерск.	пром	Вафли	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	37,3	2,31	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	35	1,98	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	777	151,00	822,12	27,26	27,94	117,35
обед 5-11 кл	доп блюдо	279	Цветная капуста прпущенная	30	16,01	48,60	0,72	2,78	4,86
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе гор	250	43,24	174,75	9,00	7,88	13,50
	2 блюдо	308/40	Тефтели (говядина,свинина) соус сметанный с томатом	85/40	77,29	120,67	10,22	10,78	9,67
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	19,97	282,96	4,68	8,16	44,88
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	6,51	61,00	0,10	0,10	15,41
	кондитерск.	пром	Вафли	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	50	3,10	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	38,8	2,19	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	899	175,00	962,92	31,92	33,11	135,52

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.