

М Е Н Ю

19.01.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

9

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты яйцо гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	20,23	70,50	0,00	0,00	17,64
		262	Яйцо отварное	40,00	11,93	63,00	5,10	4,60	0,28
		206/49	Каша молочная "Дружба"(пшено,рис) /масло сливоч	220/10	24,75	162,59	4,85	9,20	28,59
		пром	Коктейль молочный	200,00	35,70	142,00	5,20	5,00	12,00
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	46,00	2,39	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				716,00	95,00	590,19	19,25	19,87	85,21
завтрак 5-11 кл	фрукты бутерброд яйцо гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	20,23	70,50	0,00	0,00	17,64
		49	Масло сливочное для бутербродов	10,00	10,97	58,00	0,10	6,40	0,10
		262	Яйцо отварное	40,00	11,93	63,00	5,10	4,60	0,28
		206/49	Каша молочная "Дружба"(пшено,рис) /масло сливоч	260/10	27,25	190,12	6,47	5,60	36,80
		пром	Коктейль молочный	200,00	35,70	142,00	5,20	5,00	12,00
53	Булка Сухоложская Витаминизированная	57,00	2,92	152,10	4,10	1,07	26,70		
ИТОГО:				777,00	109,00	675,72	20,97	22,67	93,52
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	127	Огурцы консервированные	30	5,43	3,00	0,20	0,00	0,50
		76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	29,56	193,04	5,98	6,43	26,46
		602	Мясо тушеное (свинина)	45/45	54,87	168,00	11,85	15,26	3,80
		274	Булгур	160	27,23	208,90	3,70	3,40	27,10
		15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной	37	2,08	91,26	2,46	0,64	16,00
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	37	1,90	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				824	133,00	822,46	26,95	26,37	118,06
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	127	Огурцы консервированные	45	8,15	4,00	0,27	0,00	0,70
		76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	29,56	241,30	7,50	8,04	33,08
		602	Мясо тушеное (свинина)	55/55	67,07	176,70	13,17	17,35	4,20
		274	Булгур	190	32,34	250,68	4,50	6,08	30,50
		15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной	40	2,25	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	33	1,70	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				888	153,00	952,62	31,48	32,97	134,08