

МЕНЮ

27.10.2021

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

Приятного аппетита!

ШКОЛА №			ДЕНЬ 3						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
дети ОВЗ завтрак 1-4 кл	закуска	268	Брускетта с творогом, шпинатом и помидором	60	12,03	112	5,6	2,4	16,21
	закуска	87	Огурец свежий	30	4,14	4,2	0,24	0	0,66
	напиток	10	Витаминизированное какао "Витошка"	200	13,52	145	3,9	3,1	25,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	35	1,96	139,04	3,28	0,86	28,06
	гор блюдо	246	Омлет с картофелем запеченный	150	27,13	298,57	14,86	17	2,7
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	5	3,98	58,2	0,1	6,4	0,12
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	16,24	70,5	0	0	17,64
			ИТОГО:	610	79,00	564,97	27,16	29,54	77,11
дети ОВЗ обед 1-4 кл	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	73,04	2,38	0,59	13,9
	1 блюдо	102	Суп-пюре из тыквы	200	22,35	80	2,1	4,1	8,11
	сладкое	1	Чай с сахаром	200	2,00	53	0,2	0	13,7
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,19	53,3	0,3	1,8	9,6
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	130	8,44	189,8	3,12	5,2	31,89
	гарнир	233	Овощи припущенные гарнир	30	10,64	20,4	0,75	1,05	1,86
	закуска	195	Свекла отварная	50	7,68	32,2	0,76	1,16	4,24
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	50/50	48,40	142,22	10,62	15,63	2,84
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	20	1,12	69,52	1,64	0,43	14,03
	хлеб		Булка Сухоложская Витаминизированная	55	2,66	243,32	5,74	1,5	49,1
ИТОГО:				825	111,00	823,15	26,3	27,35	126,7
ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 7-11 лет:				1435	190,00	1388,12	53,46	56,89	203,81
дети ОВЗ завтрак 5-11 кл	закуска	268	Брускетта с творогом, шпинатом и помидором	60	12,03	112	5,6	2,4	16,21
	закуска	87	Огурец свежий	60	8,27	8,4	0,48	0	1,32
	напиток	10	Витаминизированное какао "Витошка"	200	13,52	145	3,9	3,1	25,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,79	104,28	2,46	0,64	21,04
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	5	3,98	58,2	0,1	6,4	0,12
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	16,24	70,5	0	0	17,64
	гор блюдо	246	Омлет с картофелем запеченный	200	36,17	398,09	19,81	22,67	3,6
			ИТОГО:	685	92,00	685,99	30,99	30,64	98,39
дети ОВЗ обед 5-11 кл	1 блюдо	102	Суп-пюре из тыквы	250	27,93	80	2,1	4,1	8,11
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	73,04	2,38	0,59	13,9
	сладкое	1	Чай с сахаром	200	2,00	53	0,2	0	13,7
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,19	53,3	0,3	1,8	9,6
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	140	9,09	204,4	3,36	5,6	34,34
	гарнир	233	Овощи припущенные гарнир	40	14,18	27,2	1	1,4	2,48
	закуска	195	Свекла отварная	40	6,14	38,54	0,912	1,392	5,09
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	60/60	58,08	170,66	12,74	18,76	27,41
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	20	1,12	69,52	1,64	0,43	14,03
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	57	2,75	173,8	4,1	1,07	34,3
ИТОГО:				907	129,00	950,38	31,564	32,388	133,66
ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 12 лет и старше:				1592	221,00	1636,37	62,554	63,028	232,05