

М Е Н Ю

29.09.2022

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты бутерброд гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	17,85	70,50	0,00	0,00	17,64
		89	Сыр (порциями)	15,00	15,55	45,00	3,90	4,05	0,00
		201/49	Каша молочная рисовая , масло сливочное	200/6	22,86	180,80	7,10	9,50	27,23
		пром	Коктейль молочный	200,00	35,70	142,00	5,20	5,00	12,00
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	53,00	3,04	152,10	4,10	1,07	26,70
			ИТОГО:		624,00	95,00	590,40	20,30	19,62
завтрак 5-11 кл	фрукты бутерброд гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	17,85	70,50	0,00	0,00	17,64
		89	Сыр (порциями)	20,00	20,74	60,00	5,20	5,40	0,00
		201/49	Каша молочная рисовая , масло сливочное	250/10	31,32	235,16	12,10	8,90	32,87
		пром	Коктейль молочный	200,00	35,70	142,00	5,20	5,00	12,00
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	59,00	3,39	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:		689,00	109,00	690,18	27,42	20,58
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	271	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, Рассольник Ленинградский, сметана (15%))	20	6,21	10,80	0,16	0,68	1,08
		63/81		200/5	20,06	118,50	2,55	3,70	16,80
		317/31	Фрикадельки из цыпленка-бройлера, соус красный с	70/30	36,53	202,30	11,10	9,60	6,24
		189	Каша рассыпчатая гречневая	150	16,49	242,00	8,20	12,40	35,90
		15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной	32	2,04	91,26	2,46	0,64	16,00
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,74	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:		737	95,00	823,12	27,23	27,66	120,22	
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	271	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, Рассольник Ленинградский, сметана (15%))	20	6,21	10,80	0,16	0,68	1,08
		63/81		250/5	24,68	145,50	3,15	4,60	21,00
		317/31	Фрикадельки из цыпленка-бройлера, соус красный с	80/30	41,59	227,10	12,70	11,54	7,60
		189	Каша рассыпчатая гречневая	180	19,79	290,40	9,83	14,88	43,08
		15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной	45	2,89	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	33	1,91	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:		843	109,00	953,74	31,88	33,20	138,36	