

М Е Н Ю

22.01.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	89	Сыр (порциями)	15	17,89	30,00	2,60	2,70	0,00
		282/32	Котлета "Домашняя"(телятина, свинина), соус томатный	70/30	55,12	135,00	8,10	9,40	3,80
		188	Отварные макаронные изделия	150	13,08	209,10	4,30	5,90	38,50
		2	Чай с лимоном	200/10	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,82	152,10	4,10	1,07	26,70
			ИТОГО:	525	95,00	586,20	19,40	19,07	84,20
завтрак 5-11 кл	бутерброд гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	89	Сыр (порциями)	10	11,93	30,00	2,60	2,70	0,00
		282/32	Котлета "Домашняя"(телятина, свинина), соус томатный	90/30	70,55	150,00	9,00	10,44	4,22
		188	Отварные макаронные изделия	190	16,57	257,92	5,16	7,08	46,20
		2	Чай с лимоном	200/10	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	67	3,86	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	597	109,00	680,44	21,98	21,50	97,70
обед 1-4 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	200/5	18,12	131,50	2,35	5,40	16,25
		303	Гуляш из мяса говядины (говядина, томатн паста, лук)	45/45	81,51	148,00	10,40	7,62	3,80
		189/127	Каша рассыпчатая гречневая /Огурцы консервированные	150/25	20,54	267,00	8,33	13,40	32,80
		15	Кисель	200	7,95	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной	47	2,87	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	35	2,01	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	752	133,00	826,44	27,12	27,92	118,45
обед 5-11 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/10	23,92	163,57	2,92	6,72	20,21
		303	Гуляш из мяса говядины (говядина, томатн паста, лук)	50/50	90,57	164,40	11,55	8,47	4,22
		189/127	Каша рассыпчатая гречневая /Огурцы консервированные	190/30	25,50	321,00	10,84	16,07	39,46
		15	Кисель	200	7,95	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной	54	3,34	152,10	4,10	1,07	26,70
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,72	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	864	153,00	959,33	32,17	32,97	134,79