

МЕНЮ

28.10.2021

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	калор	Б	Ж	У
завтрак	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,21	30	2,6	2,7	0
	гор блюдо	616	Люля-кебаб из филе куриного	90	41,80	70,9	11,21	6,42	2,7
	гор блюдо	188	Отварные макаронные изделия	150	7,65	232,73	5,3	6,41	37,01
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	5	3,98	29,09	0,04	3,19	0,06
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	11,44	118,7	4,1	3,3	15,63
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,42	173,8	4,1	1,07	35,07
			ИТОГО:	505	75,50	713,2	29,81	23,73	100,74
обед	закуска	195	Свекла отварная	30	4,61	9,32	0,46	0,7	2,54
	1 блюдо	84	Суп - пюре из картофеля	250	19,34	108	4	6,1	11,4
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	73,04	2,38	0,59	13,9
	2 блюдо	138	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые), соус красный	160/70	74,37	136	10,4	10,8	4,4
	сладкое	446	Булочка домашняя	80	6,71	163,2	2,64	11,28	10,32
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	5,32	61	0,1	0,1	15,41
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,45	104,28	2,46	0,64	21,04
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,68	104,28	2,46	0,64	21,04
			ИТОГО:	870	115,00	937,62	30,64	32,37	134,07
			ИТОГО за день:	1375	190,50	1650,82	60,45	56,1	2341,81