

МЕНЮ

23.01.2025

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	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	22,85	70,5	0	0	17,64
	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,99	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	177/49	Каша молочная "Пять злаков" / масло сливочное	200/7	28,36	234,32	8,20	12,10	30,83
	напиток	пром	Коктейль молочный (4)	200	40,46	131,40	5,40	4,20	18,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	41,5	2,34	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				619	108,00	587,90	19,48	19,86	87,87
завтрак 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	22,85	70,50	0,00	0,00	17,64
	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	15	20,99	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	177/49	Каша молочная "Пять злаков" / масло сливочное	250/10	37,83	309,91	10,85	16,00	40,78
	напиток	пром	Коктейль молочный (4)	200	40,46	131,40	5,40	4,20	18,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50,8	2,87	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				686	125,00	678,49	23,43	25,11	97,82
обед 1-4 кл	закуска	120	Салат из отварной моркови с растительным маслом	60	9,46	61,00	0,70	3,60	6,10
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	200/5	25,82	121,30	5,55	5,70	13,10
	2 блюдо	387/31	Фрикадельки припущенные (свинина) / соус красный основ	85/40	67,53	113,90	9,65	10,40	5,40
	гарнир	207	Картофель в молоке	160	31,90	184,60	4,30	5,30	25,70
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	11,59	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	40	2,48	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	39,4	2,22	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				829	151,00	826,16	26,96	26,82	118,10
обед 5-11 кл	закуска	120	Салат из отварной моркови с растительным маслом	110	17,35	101,67	1,17	6,00	10,17
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	250/5	31,81	150,89	6,90	7,09	16,30
	2 блюдо	387/31	Фрикадельки припущенные (свинина) / соус красный основ	90/30	71,02	126,56	10,72	11,56	6,00
	гарнир	207	Картофель в молоке	190	37,88	221,52	5,16	6,36	30,84
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	11,59	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	50	3,10	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	39,8	2,25	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				965	175,00	976,42	31,53	33,04	136,41

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
4.Напиток промышленного производства, обогащенный кальцием.