

МЕНЮ

22.11.2021

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 1-4 кл	закуска	157	Масло сливочное для бутербродов	10	7,95	58	0,1	6,4	0,1
	гор блюдо	393	Котлеты (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничн)	90	41,64	135	9,5	6,4	7,8
	гор блюдо	202	Макаронные изделия отварные с сыром	150	15,55	209,1	6,8	6,1	30,4
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,81	67	0,3	0	28,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,05	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	510	79,00	651,62	21,62	20,18	98,58
завтрак 5-11 кл	закуска	157	Масло сливочное для бутербродов	10	7,95	58	0,1	6,4	0,1
	гор блюдо	393	Котлеты (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничн)	100	51,53	150	10,6	7,11	8,7
	гор блюдо	202	Макаронные изделия отварные с сыром	180	18,66	250,92	8,2	7,32	36,5
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,81	67	0,3	0	28,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,05	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	550	92,00	708,44	24,12	22,11	105,58
обед 1-4 кл	закуска	195	Морковь отварная	20	2,41	11,24	0,26	0,47	1,33
	1 блюдо	78	Уха (картофель, сайра консервиров, лук репчат, морк)	200	24,88	116	6,96	3,52	14,48
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репч)	160	36,66	230,5	11	20,8	20,6
	напиток	28	Напиток из свежзамороженных плодов и ягод	200	8,57	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,93	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	70	3,55	212,94	5,74	1,52	37,4
			ИТОГО:	700	79,00	824,96	28,26	27,48	125,51
обед 5-11 кл	закуска	195	Морковь отварная	50	2,41	28,55	0,65	1,18	3,33
	1 блюдо	78	Уха (картофель, сайра консерв, лук репчат, морк)	250	31,10	145	8,7	4,4	18,1
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репч)	200	43,44	288,13	13,75	26	25,75
	напиток	28	Напиток из свежзамороженных плодов и ягод	200	8,57	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,93	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	70	3,55	212,94	5,74	1,52	37,4
			ИТОГО:	820	92,00	928,72	33,14	34,27	136,28
дополнит 1-4 кл	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	14,28	91	0	0	24
			ИТОГО:	200	14,28	91	0	0	24