

М Е Н Ю

12.11.2021

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,21	30	2,6	2,7	0
	гор блюдо	617	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная капуста, яйцо)	90	43,68	129,3	8,83	10,82	16,53
	гор блюдо	187	Пюре картофельное	160	21,02	201,6	3,52	5,12	22
	напиток	2	Чай с лимоном	200/7	3,72	60	0,3	0	15,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,37	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	517	79,00	573	19,35	19,71	80,43
дополнител 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
обед 1-4 кл	закуска	259	Кукуруза консервированная	20	5,68	11,6	0,44	0,08	2,2
	1 блюдо	76	Суп - пюре из цветной капусты	200	16,85	84,8	2,64	3,6	10,32
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,60	73,04	2,38	0,59	13,9
	2 блюдо	317	Фрикадельки из филе куриного в красном соусе	70/30	34,78	113,35	10,96	18,36	7,24
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	7,65	253	5,3	3,9	27,34
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	8,57	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	40	2,34	121,68	3,28	0,86	21,4
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,53	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	760	79,00	850,73	27,66	28,13	123,4