

М Е Н Ю

16.01.2025

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №		ДЕНЬ 9							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	310/39	Крокеты из куриного филе и цветн капуст/ соус смет	70/30	58,85	89,40	11,60	6,70	3,70
	гор блюдо	188	Отварные макаронные изделия	160	18,09	235,80	3,90	6,80	37,40
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Печенье	50	8,03	89,63	1,38	6,33	12,42
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	39,3	2,20	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				549	108,00	597,09	19,34	20,47	93,52
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	310/39	Крокеты из куриного филе и цветн капуст/ соус смет	90/25	73,09	99,33	12,89	7,44	4,11
	гор блюдо	188	Отварные макаронные изделия	180	20,35	282,96	4,68	8,16	44,88
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Печенье	50	8,03	89,63	1,38	6,33	12,42
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	48,2	2,70	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				593	125,00	684,60	22,23	22,79	106,81
обед 1-4 кл	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский , сметана	200/5	22,59	112,80	4,20	4,52	10,80
	2 блюдо	602	Мясо тушеное (свинина)	45/45	69,06	138,00	9,90	13,50	3,80
	гарнир	274/271	Булгур / кабачки тушеные	130/25	36,33	261,80	6,10	7,90	32,30
	напиток	15	Кисель (4)	200	17,49	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	55	3,38	152,10	4,10	1,07	26,70
хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	38,4	2,15	91,26	2,46	0,64	16,00	
ИТОГО:				743	151,00	822,96	27,06	27,63	117,80
обед 5-11 кл	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский , сметана	250/5	27,78	140,31	5,22	5,62	13,43
	2 блюдо	602	Мясо тушеное (свинина)	55/55	84,41	153,33	11,00	15,00	4,22
	гарнир	274/271	Булгур / кабачки тушеные	150/25	40,47	314,16	7,32	9,48	38,76
	напиток	15	Кисель (4)	200	17,49	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	51,5	3,17	182,52	4,92	1,28	32,08
хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,68	91,26	2,46	0,64	16,00	
ИТОГО:				822	175,00	948,58	31,22	32,02	132,69

- 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 витаминами А; В1; В2; В5; С