

## М Е Н Ю

07.12.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	172	Гренки с сыром и шпинатом	45,00	16,94	60,50	2,60	3,20	16,50
		173/37	Биточки куриные "Новые", соус молочн с морк и шпи	80/25	47,78	80,90	8,30	6,80	3,40
		188/271	Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные	120/30	19,55	135,00	3,35	5,68	27,85
		16	Кофейный напиток с молоком	200,00	7,64	138,70	4,10	3,30	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	57,00	3,09	182,52	4,92	1,28	32,08
<b>ИТОГО:</b>				<b>557,00</b>	<b>95,00</b>	<b>597,62</b>	<b>23,27</b>	<b>20,26</b>	<b>95,46</b>
завтрак 5-11 кл	бутерброд гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	172	Гренки с сыром и шпинатом	45	16,94	60,50	2,60	3,20	16,50
		173/37	Биточки куриные "Новые", соус молочн с морк и шпи	90/35	54,45	102,00	9,20	7,50	3,80
		188/271	Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные	150/45	26,76	195,00	3,35	8,15	32,40
		16	Кофейный напиток с молоком	200	7,64	138,70	4,10	3,30	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,21	182,52	4,92	1,28	32,08
<b>ИТОГО:</b>				<b>625,00</b>	<b>109,00</b>	<b>678,72</b>	<b>24,17</b>	<b>23,43</b>	<b>100,41</b>
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	195	Морковь отварная	20	2,83	11,40	0,26	0,47	1,33
		69	Суп картофельный с бобовыми	200	13,95	197,04	6,80	4,63	20,20
		414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соусе	70/30	42,20	285,40	12,50	20,15	38,30
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные	130/20	29,60	142,00	3,15	1,53	21,42
		2	Чай с лимоном	200/5	3,78	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	22	1,29	60,84	1,64	0,43	10,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	25	1,35	60,84	1,64	0,43	10,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>722</b>	<b>95,00</b>	<b>817,52</b>	<b>26,29</b>	<b>27,64</b>	<b>117,85</b>
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	195	Морковь отварная	30	4,24	11,40	0,26	0,47	1,33
		69	Суп картофельный с бобовыми	250	17,44	246,30	8,50	5,80	25,25
		414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соусе	70/40	43,17	317,10	13,90	22,39	42,55
		187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные	150/30	37,06	166,00	4,60	2,70	23,50
		2	Чай с лимоном	200/5	3,78	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	33	1,94	91,26	2,46	0,64	16,00
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	26	1,37	60,84	1,64	0,43	10,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>834</b>	<b>109,00</b>	<b>952,90</b>	<b>31,66</b>	<b>32,43</b>	<b>134,53</b>