

М Е Н Ю

24.10.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

7

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | Ккал | Б | Ж | У |
|--------------------|--|----------|---|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак 1-4 кл | фрукты гор блюдо напиток хлеб | 161 | Яблоки | 1 шт | 17,64 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | | 270/51 | Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко | 130/20 | 67,60 | 303,10 | 13,20 | 15,90 | 34,60 |
| | | 16 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 8,09 | 138,70 | 4,10 | 3,30 | 15,63 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 30 | 1,67 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | | | ИТОГО: | 536 | 95,00 | 603,56 | 19,76 | 19,84 | 83,87 |
| завтрак 5-11 кл | фрукты гор блюдо напиток хлеб | 161 | Яблоки | 1 шт | 17,64 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | | 270/51 | Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко | 180/20 | 80,97 | 349,70 | 15,23 | 18,35 | 39,90 |
| | | 16 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 8,09 | 138,70 | 4,10 | 3,30 | 15,63 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 39 | 2,30 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| | | | ИТОГО: | 575 | 109,00 | 680,58 | 22,61 | 22,51 | 94,57 |
| обед 1-4 кл | закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб | 108 | Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы конс, мас | 60 | 8,27 | 87,60 | 0,60 | 8,00 | 3,00 |
| | | 70 | Куриный суп с макаронами | 200 | 21,42 | 139,30 | 6,58 | 5,47 | 21,02 |
| | | 315/33 | Суфле из куриного филе / соус молоч с морк и шпин | 70/30 | 49,27 | 100,10 | 10,90 | 11,20 | 3,80 |
| | | 187/233 | Пюре картофельное / овощи припущенные (овощная | 140/20 | 30,48 | 192,00 | 3,15 | 1,53 | 28,42 |
| | | пром | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 200 | 19,04 | 91,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | | 57 | Хлеб ржаной | 44 | 2,62 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| 53 | Булка Сухоложская витаминизированная | 35 | 1,90 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 | | |
| | | | ИТОГО: | 799 | 133,00 | 822,94 | 26,97 | 27,70 | 117,64 |
| обед 5-11 кл | закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб | 108 | Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы конс, мас | 100 | 13,79 | 146,00 | 1,00 | 11,30 | 5,00 |
| | | 70 | Куриный суп с макаронами | 250 | 26,77 | 174,13 | 8,23 | 6,84 | 26,30 |
| | | 315/33 | Суфле из куриного филе / соус молоч с морк и шпин | 70/40 | 50,35 | 111,20 | 12,10 | 12,40 | 4,22 |
| | | 187/233 | Пюре картофельное / овощи припущенные (овощная | 160/30 | 37,83 | 210,40 | 3,78 | 1,80 | 32,10 |
| | | пром | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 200 | 19,04 | 91,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | | 57 | Хлеб ржаной | 46 | 2,75 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| 53 | Булка Сухоложская витаминизированная | 45 | 2,47 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 | | |
| | | | ИТОГО: | 941 | 153,00 | 976,09 | 31,67 | 34,06 | 134,42 |