

## М Е Н Ю

06.04.2022

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	закуска гор блюдо	89	Сыр (порциями)	10	10,02	35	2,6	2,7	0
		612/40	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом, соус сметанный с томатом	60/30	39,60	84	6,68	7,39	5,75
	гарнир напитки хлеб	189/271	Каша рассыпчатая гречневая/кабачки тушеные	120/30	23,61	179,38	6,84	5,34	30,34
		16	Кофейный напиток с молоком	200	9,13	138,7	4,1	3,3	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,64	182,52	4,92	1,28	32,08
<b>ИТОГО:</b>			510	<b>86,00</b>	619,6	25,14	20,01	83,8	
завтрак 5-11 кл	закуска гор блюдо	89	Сыр (порциями)	10	10,02	35	2,6	2,7	0
		612/40	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом, соус сметанный с томатом	80/30	48,44	94,5	7,56	8,37	6,48
	гарнир напитки хлеб	189/271	Каша рассыпчатая гречневая/кабачки тушеные	150/30	27,17	215,26	8,21	6,41	36,41
		16	Кофейный напиток с молоком	200	9,13	138,7	4,1	3,3	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	70	4,24	212,94	5,74	1,5	37,4
<b>ИТОГО:</b>			560	<b>99,00</b>	684,94	27,55	22,25	93,41	
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо	195	Морковь отварная	20	3,21	11,4	0,26	0,47	1,33
		99	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	200/5	22,09	89,8	4,4	5,4	10
	2 блюдо	399	Азу (картоф, свинин, морк, лук, огур конс, томат паста)	180	51,11	363,22	15,1	20,32	39,02
		1	Чай с сахаром	200	3,22	53	0,2	0	13,7
	напиток хлеб хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,34	152,1	4,1	1,07	26,7
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,03	152,1	4,1	1,07	26,7
<b>ИТОГО:</b>			705	<b>86,00</b>	821,62	28,16	28,33	117,45	
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо	195	Морковь отварная	40	6,42	22,84	0,56	0,96	2,68
		99	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	250/5	27,21	112,25	5,5	6,75	12,5
	2 блюдо	399	Азу (картоф, свинин, морк, лук, огур конс, томат паста)	200	56,80	373,2	16,8	22,6	35,8
		1	Чай с сахаром	200	3,22	53	0,2	0	13,7
	напиток хлеб хлеб	57	Хлеб ржаной	60	2,32	182,52	4,92	1,28	32,08
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,03	152,1	4,1	1,07	26,7
<b>ИТОГО:</b>			805	<b>99,00</b>	895,91	32,08	32,66	123,46	