

М Е Н Ю

25.11.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	174/33	Зразы рыбные с луком и яйцом (минтай) / соус молоко	70/25	45,31	125,30	9,30	14,35	12,57
	гор блюдо	187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные	130/20	29,60	142,00	3,15	1,53	28,42
	напиток	2	Чай с ягодами	200	7,12	59,60	0,30	0,10	14,30
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	49	2,60	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				504,00	95,00	509,00	19,45	19,75	81,99
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	174/33	Зразы рыбные с луком и яйцом (минтай) / соус молоко	80/20	50,95	139,22	10,33	15,94	14,00
	гор блюдо	187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные	150/30	37,06	272,00	4,52	3,28	35,42
	напиток	2	Чай с ягодами	200	7,12	59,60	0,30	0,10	14,30
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	65	3,50	182,52	4,92	1,28	32,08
ИТОГО:				555,00	109,00	683,34	22,67	23,30	95,80
обед 1-4 кл	подгарниров	271	Кабачки тушеные (кабачки, морк, лук, том паста)	25	7,74	10,80	0,16	0,68	1,08
	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	200/5	21,85	89,80	4,40	5,40	10,00
	2 блюдо	393/31	Шницель (свинина) / соус красный основной	75/20	43,56	199,30	11,95	13,80	12,50
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	150	12,54	219,00	3,60	6,00	36,80
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	5,06	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	57	Хлеб ржаной	47	2,79	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	27	1,46	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				749	95,00	823,26	26,77	27,69	118,49
обед 5-11 кл	подгарниров	271	Кабачки тушеные (кабачки, морк, лук, том паста)	30	9,29	10,80	0,16	0,68	1,08
	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	250/5	26,91	112,25	5,50	6,75	12,50
	2 блюдо	393/31	Шницель (свинина) / соус красный основной	80/20	46,41	232,80	14,28	16,33	13,99
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	190	15,88	262,80	4,32	7,20	44,16
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	5,06	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	57	Хлеб ржаной	53	3,18	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	42	2,27	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				870	109,00	953,43	31,74	32,99	135,24