

## М Е Н Ю

02.09.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 5						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	344/39	Котлеты рубленые из цыплят-бройлеров (филе курин, хлеб пшенич, масло раст) / соус сметан	70/30	42,67	135,30	6,20	10,90	13,70
	гор блюдо	219/192	Картофель отварной / капуста тушеная (капуста белок, морк, лук, масло слив, томатн паста)	80/90	21,30	126,50	3,10	2,20	18,50
	напиток	10	Витаминизированное какао(молоко 2,5%, какао, сахар)	200,00	17,76	145,00	3,90	3,10	25,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50,00	2,90	152,10	4,10	1,07	26,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>530,00</b>	<b>95,00</b>	<b>588,90</b>	<b>19,90</b>	<b>19,97</b>	<b>84,10</b>
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	344/39	Котлеты рубленые из цыплят-бройлеров (филе курин, хлеб пшенич, масло раст) / соус сметан	90/30	53,53	155,30	7,40	13,30	16,20
	гор блюдо	219/192	Картофель отварной / капуста тушеная (капуста белок, морк, лук, масло слив, томатн паста)	90/100	23,86	151,80	3,72	2,64	22,20
	напиток	10	Витаминизированное какао(молоко 2,5%, какао, сахар)	200,00	17,76	145,00	3,90	3,10	25,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60,00	3,48	182,52	4,92	1,28	32,08
<b>ИТОГО:</b>				<b>580,00</b>	<b>109,00</b>	<b>664,62</b>	<b>22,54</b>	<b>23,02</b>	<b>95,68</b>
обед 1-4 кл	подгарнир	233	Овощи припущенные (горош, кукур, морк, перец бол)	20	9,04	11,60	0,44	0,08	2,20
	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	24,65	157,84	5,02	4,19	24,22
	2 блюдо	414/33	Тефтели рыбные (филе минтая, лук репч, хлеб пшен, масло раст) / соус молочный с морковью и шпинатом	70/30	37,58	190,60	12,90	16,10	7,56
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	150,00	14,09	219,00	3,60	6,00	36,80
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200,00	5,83	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	57	Хлеб ржаной	32,00	2,07	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30,00	1,74	91,26	2,46	0,64	16,00
	<b>ИТОГО:</b>				<b>752,00</b>	<b>95,00</b>	<b>822,56</b>	<b>26,98</b>	<b>27,75</b>
обед 5-11 кл	подгарнир	233	Овощи припущенные (горош, кукур, морк, перец бол)	20	9,04	11,60	0,44	0,08	2,20
	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	30,35	179,04	5,68	5,09	26,80
	2 блюдо	414/33	Тефтели рыбные (филе минтая, лук репч, хлеб пшен, масло раст) / соус молочный с морковью и шпинатом	80/30	42,61	194,60	14,60	18,10	11,40
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	180	16,90	262,80	4,32	7,20	44,16
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	5,83	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	57	Хлеб ржаной	35	2,24	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	35	2,03	121,68	3,28	0,86	21,40
	<b>ИТОГО:</b>				<b>850</b>	<b>109,00</b>	<b>952,40</b>	<b>31,70</b>	<b>32,29</b>