

## М Е Н Ю

07.11.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 6

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	403/32	Котлета рыбная (минтай)/соус томатный	80/25	48,24	102,30	8,70	5,70	5,10
	гор блюдо	191	Рис припущенн с овощами (рис, морк, лук, масло сл	150	13,98	272,00	3,60	11,60	38,00
	напиток	15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
	сладкое	пром	Конфета	25	7,44	23,20	0,30	1,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	53	3,04	152,10	4,10	1,07	26,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>543,00</b>	<b>95,00</b>	<b>646,60</b>	<b>19,60</b>	<b>22,87</b>	<b>103,60</b>
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	15	15,55	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	403/32	Котлета рыбная (минтай)/соус томатный	90/35	55,02	113,67	11,30	6,40	5,60
	гор блюдо	191	Рис припущенн с овощами (рис, морк, лук, масло сл	180	16,77	326,40	4,32	13,92	45,60
	напиток	15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
	сладкое	пром	Конфета	25	7,44	23,20	0,30	1,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	2,29	121,68	3,28	0,86	21,40
<b>ИТОГО:</b>				<b>585,00</b>	<b>109,00</b>	<b>696,95</b>	<b>23,40</b>	<b>27,03</b>	<b>106,40</b>
обед 1-4 кл	под гарниров	127	Огурцы консервированные	20	2,65	2,00	0,13	0,00	0,33
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	21,01	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо	360	Греча по-купечески (греча, свин, морк, лук, масло сл	190	55,49	346,70	16,30	21,40	33,30
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,92	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,20	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,73	91,26	2,46	0,64	16,00
<b>ИТОГО:</b>				<b>745</b>	<b>95,00</b>	<b>822,56</b>	<b>27,24</b>	<b>27,61</b>	<b>117,33</b>
обед 5-11 кл	под гарниров	127	Огурцы консервированные	30	3,98	2,50	0,16	0,00	0,41
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	21,01	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо	360	Греча по-купечески (греча, свин, морк, лук, масло сл	230	67,17	462,27	21,73	28,53	44,40
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,92	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,20	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	47	2,72	152,10	4,10	1,07	26,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>812</b>	<b>109,00</b>	<b>999,47</b>	<b>34,34</b>	<b>35,17</b>	<b>139,21</b>