

## М Е Н Ю

07.09.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	35,00	2,60	2,70	0,00
		271	Кабачки тушеные (кабач, морк, лук, том паста, масл	50,00	17,11	27,00	0,40	1,70	2,70
	гор блюдо	619	Карбонара с курицей и сырным соусом (макароны, филе куриное, лук репч, молоко, сыр, масло сливочн	190,00	49,35	204,50	7,35	11,68	33,74
		16	Кофейный напиток с молоком	200,00	14,71	138,70	4,10	3,30	15,63
	напиток	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60,00	3,46	182,52	4,92	1,28	32,08
хлеб		<b>ИТОГО:</b>	<b>510,00</b>	<b>95,00</b>	<b>587,72</b>	<b>19,37</b>	<b>20,66</b>	<b>84,15</b>	
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	35,00	2,60	2,70	0,00
		271	Кабачки тушеные (кабач, морк, лук, том паста, масл	50,00	17,11	27,00	0,40	1,70	2,70
	подгарниров	619	Карбонара с курицей и сырным соусом (макароны, филе куриное, лук репч, молоко, сыр, масло сливочн	240,00	63,16	291,30	9,39	14,90	43,10
		16	Кофейный напиток с молоком	200,00	14,71	138,70	4,10	3,30	15,63
	гор блюдо	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	63,00	3,65	182,52	4,92	1,28	32,08
напиток		<b>ИТОГО:</b>	<b>563,00</b>	<b>109,00</b>	<b>674,52</b>	<b>21,41</b>	<b>23,88</b>	<b>93,51</b>	
обед 1-4 кл	подгарниров	195	Морковь отварная	20	2,83	11,40	0,26	0,47	1,33
		101/77	Суп из бобовых, гренки	200/20	10,44	197,04	9,50	3,63	20,20
	1 блюдо	414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соус	70/20	41,09	285,40	10,50	20,15	38,30
		219/233	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	120/30	33,61	142,00	3,15	1,53	21,42
	гарнир	2	Чай с лимоном	200/5	3,87	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	26	1,67	60,84	1,64	0,43	10,70
	напиток	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	26	1,49	60,84	1,64	0,43	10,70
	хлеб		<b>ИТОГО:</b>	<b>737</b>	<b>95,00</b>	<b>817,52</b>	<b>26,99</b>	<b>26,64</b>	<b>117,85</b>
обед 5-11 кл	подгарниров	195	Морковь отварная	20	2,83	11,40	0,26	0,47	1,33
		101/77	Суп из бобовых, гренки	250/20	12,59	228,04	11,28	4,39	32,73
	1 блюдо	414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соус	80/30	47,65	317,10	11,67	22,39	42,56
		219/233	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	150/30	38,62	154,00	4,12	3,53	22,42
	гарнир	2	Чай с лимоном	200/5	3,87	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	29	1,82	91,26	2,46	0,64	16,00
	напиток	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	28	1,62	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб		<b>ИТОГО:</b>	<b>842</b>	<b>109,00</b>	<b>953,06</b>	<b>32,55</b>	<b>32,06</b>	<b>146,24</b>