

М Е Н Ю

24.09.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 7						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	12,96	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	235/51	Запеканка шоколадно-банановая с творогом (творог	130/20	72,23	366,13	17,20	19,20	35,20
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	8,21	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	28,8	1,60	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	506	95,00	587,89	19,96	19,84	84,04
завтрак 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	12,96	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	235/51	Запеканка шоколадно-банановая с творогом (творог	160/20	85,39	488,17	22,93	25,60	46,93
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	8,21	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	40	2,44	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	550	109,00	709,93	25,69	26,24	95,77
обед 1-4 кл	доп блюдо	42	Тыква, тушеная со сметаной	20	10,41	32,40	0,48	2,04	3,24
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе гор	200/20	34,08	139,80	6,20	6,30	6,80
	2 блюдо	612/40	Зразы из свинины с луком и яйцом /соус сметанный с том	75/20	57,09	116,70	11,20	12,40	7,20
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	14,01	284,30	4,30	5,90	40,74
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	13,36	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	35	2,14	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	34,4	1,91	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	754	133,00	822,72	27,40	27,92	118,18
обед 5-11 кл	доп блюдо	42	Тыква, тушеная со сметаной	20	10,41	32,40	0,48	2,04	3,24
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе гор	250/25	42,60	174,75	7,75	7,88	8,50
	2 блюдо	612/40	Зразы из свинины с луком и яйцом /соус сметанный с том	85/30	65,66	129,67	12,44	13,78	8,00
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	16,81	341,16	5,16	7,08	48,90
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	13,36	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	40,8	2,49	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,67	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	861	153,00	957,92	31,87	32,28	134,24

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; B1; B2; B5; C