

М Е Н Ю

24.01.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 2

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | калор | Б | Ж | У |
|--------------------|---|---------------|---|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| завтрак 1-4 кл | фрукты гор блюдо напиток хлеб | 161 | Яблоки | 1 шт | 12,85 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | | 276/51 | Запеканка творожная с тыквой/сгущенное молоко | 130/20 | 62,98 | 281,10 | 13,20 | 15,84 | 26,40 |
| | | 10 | Витаминизированное какао | 200 | 17,66 | 145,00 | 3,90 | 3,10 | 25,20 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 30 | 1,51 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | | ИТОГО: | | | 507,00 | 95,00 | 587,86 | 19,56 | 19,58 |
| завтрак 5-11 кл | фрукты гор блюдо напиток хлеб | 161 | Яблоки | 1 шт | 18,51 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | | 276/51 | Запеканка творожная с тыквой/сгущенное молоко | 150/20 | 71,27 | 384,20 | 16,30 | 19,95 | 36,92 |
| | | 10 | Витаминизированное какао | 200 | 17,66 | 145,00 | 3,90 | 3,10 | 25,20 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 31 | 1,56 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | | ИТОГО: | | | 584,00 | 109,00 | 690,96 | 22,66 | 23,69 |
| обед 1-4 кл | закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток сладкое хлеб хлеб | 116 | Салат из квашеной капусты | 60 | 12,15 | 28,60 | 0,90 | 1,70 | 2,50 |
| | | 169 | Суп рыбный с рисом и яйцом (минтай) | 250/20 | 30,15 | 175,30 | 7,90 | 9,34 | 18,00 |
| | | 399 | Азу (картоф, свинина, лук, огурц конс, том паста) | 230 | 68,64 | 290,70 | 11,95 | 16,20 | 30,63 |
| | | 28 | Напиток из свежемороженых плодов и ягод | 200 | 10,78 | 102,00 | 0,20 | 0,10 | 25,00 |
| | | пром | Конфета | 25 | 7,14 | 23,30 | 0,30 | 1,80 | 5,60 |
| | | 57 | Хлеб ржаной | 45 | 2,53 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 31 | 1,61 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| ИТОГО: | | | 861 | 133,00 | 832,84 | 26,99 | 30,64 | 119,13 | |
| обед 5-11 кл | закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток сладкое хлеб хлеб | 116 | Салат из квашеной капусты | 100 | 20,26 | 47,70 | 1,50 | 2,83 | 4,17 |
| | | 169 | Суп рыбный с рисом и яйцом (минтай) | 250/20 | 30,15 | 175,30 | 7,90 | 9,34 | 18,00 |
| | | 399 | Азу (картоф, свинина, лук, огурц конс, том паста) | 270 | 80,57 | 387,60 | 15,93 | 21,60 | 40,84 |
| | | 28 | Напиток из свежемороженых плодов и ягод | 200 | 10,78 | 102,00 | 0,20 | 0,10 | 25,00 |
| | | пром | Конфета | 25 | 7,14 | 23,30 | 0,30 | 1,80 | 5,60 |
| | | 57 | Хлеб ржаной | 40 | 2,25 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 36 | 1,85 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| ИТОГО: | | | 941 | 153,00 | 979,26 | 32,39 | 37,39 | 136,41 | |