

М Е Н Ю

20.04.2022

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	гор блюдо напиток сладкое хлеб	258/51 1 пром 53	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/15	56,27	365,71	16,7	19,18	35,4
			Чай с сахаром	200	3,01	53	0,2	0	13,7
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	17,85	91	0	0	24
			Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,93	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	575	86,00	600,97	19,36	19,82	89,1
завтрак 5-11 кл	гор блюдо напиток сладкое хлеб	258/51 1 пром 53	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	150/25	76,21	468,45	21,8	25,04	43,7
			Чай с сахаром	200	3,01	53	0,2	0	13,7
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	17,85	91	0	0	24
			Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,93	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	605	99,00	703,71	24,46	25,68	97,4
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195 102/77 619 5 57 53	Свекла отварная	20	4,00	12,9	0,3	0,46	1,7
			Суп-пюре из тыквы, гренки	200/20	23,75	193,04	5,98	6,43	26,46
			Карбонара с курицей и сырным соусом	170	45,10	281,8	13,41	18,8	25,87
			Компот из свежих яблок	200	6,40	61	0,1	0,1	15,41
			Хлеб ржаной	50	3,53	152,1	4,1	1,07	26,7
			Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,22	152,1	4,1	1,07	26,7
ИТОГО:	710	86,00	852,94	27,99	27,93	122,84			
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195 102/77 619 5 57 53	Свекла отварная	20	4,00	12,88	0,3	0,46	1,7
			Суп-пюре из тыквы, гренки	250/20	29,19	145	6,9	4,4	18,13
			Карбонара с курицей и сырным соусом	200	51,96	313,2	15	21	28,8
			Компот из свежих яблок	200	6,40	61	0,1	0,1	15,41
			Хлеб ржаной	60	4,23	182,52	4,92	1,28	32,08
			Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,22	152,1	4,1	1,07	26,7
ИТОГО:	800	99,00	866,72	31,32	28,31	122,82			