

М Е Н Ю

23.09.2024

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	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,48	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/30	61,40	145,00	8,60	9,40	8,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	160	14,13	207,60	3,80	6,60	35,70
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,92	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	55,2	3,07	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				525	95,00	587,70	19,30	19,77	84,50
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	18	24,26	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/40	62,73	177,20	10,51	11,49	10,27
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	15,90	249,12	4,56	7,92	42,84
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,92	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	57,4	3,19	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				565	109,00	676,42	23,27	24,53	93,51
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	20,16	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	200	15,88	101,90	4,60	5,44	7,80
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	210	72,16	315,87	15,80	20,50	28,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	47,5	2,90	152,10	4,10	1,07	26,70
хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,67	91,26	2,46	0,64	16,00	
ИТОГО:				842	133,00	822,63	26,96	27,65	120,44
обед 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	20,16	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	250	19,85	127,40	5,75	6,80	9,75
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	255	87,63	421,16	21,07	27,33	35,38
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	48	2,93	152,10	4,10	1,07	26,70
хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	39,6	2,20	121,68	3,28	0,86	21,40	
ИТОГО:				947	153,00	983,84	34,20	36,06	134,87

1. Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2. Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
3. Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.