

М Е Н Ю

13.12.2022

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 бутерброд гор блюдо напиток хлеб | 161 | Яблоки | 1 шт | 14,97 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | | 43 | Паста шоколадная для бутербродов | 15 | 16,17 | 40,00 | 0,36 | 5,80 | 2,27 |
| | | 235/51 | Запеканка бананово-творожная, сгущенное молоко | 160/20 | 47,47 | 293,10 | 13,20 | 10,84 | 33,40 |
| | | 16 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 14,68 | 138,70 | 4,10 | 3,30 | 15,63 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 32 | 1,71 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | | | ИТОГО: | 575,00 | 95,00 | 633,56 | 20,12 | 20,58 | 84,94 |
| завтрак 5-11 кл | фрукты бутерброд гор блюдо напиток хлеб | 161 | Яблоки | 1 шт | 14,97 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | | 43 | Паста шоколадная для бутербродов | 20 | 20,48 | 40,00 | 0,36 | 5,80 | 2,27 |
| | | 235/51 | Запеканка бананово-творожная, сгущенное молоко | 200/20 | 57,01 | 344,20 | 15,80 | 13,98 | 44,36 |
| | | 16 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 14,68 | 138,70 | 4,10 | 3,30 | 15,63 |
| | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 35 | 1,86 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | | | ИТОГО: | 623,00 | 109,00 | 684,66 | 22,72 | 23,72 | 95,90 |
| обед 1-4 кл | подгарниров 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб | 109 | Витаминная горка (капуста белокочанн) | 50 | 3,28 | 40,50 | 0,65 | 2,25 | 4,15 |
| | | 169 | Суп рыбный с рисом и яйцом (минтай) | 250 | 31,18 | 175,30 | 7,90 | 9,34 | 18,00 |
| | | 611 | Курица тушеная с картофелем и овощами | 170 | 50,82 | 302,70 | 11,87 | 14,30 | 37,11 |
| | | 5 | Компот из свежих яблок | 200 | 5,24 | 61,00 | 0,10 | 0,10 | 15,41 |
| | | 57 | Хлеб ржаной | 40 | 2,32 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| | | 53 | Булка Сухоложская витаминизированная | 40 | 2,16 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| | | | ИТОГО: | 750 | 95,00 | 822,86 | 27,08 | 27,71 | 117,47 |
| обед 5-11 кл | подгарниров 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб | 109 | Витаминная горка (капуста белокочанн) | 50 | 3,28 | 40,50 | 0,65 | 2,25 | 4,15 |
| | | 169 | Суп рыбный с рисом и яйцом (минтай) | 250 | 31,18 | 175,30 | 7,90 | 9,34 | 18,00 |
| | | 611 | Курица тушеная с картофелем и овощами | 210 | 63,91 | 403,60 | 15,83 | 19,06 | 49,48 |
| | | 5 | Компот из свежих яблок | 200 | 5,24 | 61,00 | 0,10 | 0,10 | 15,41 |
| | | 57 | Хлеб ржаной | 48 | 2,80 | 152,10 | 4,10 | 1,07 | 26,70 |
| | | 53 | Булка Сухоложская витаминизированная | 48 | 2,59 | 152,10 | 4,10 | 1,07 | 26,70 |
| | | | ИТОГО: | 806 | 109,00 | 984,60 | 32,68 | 32,89 | 140,44 |