

М Е Н Ю

22.09.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 9

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | калор | Б | Ж | У |
|--------------------|-------------|----------|--|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак 1-4 кл | фрукты | 161 | Яблоки | 1 шт | 18,80 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | бутерброд | 49 | Масло сливочное для бутербродов | 10,00 | 10,97 | 58,00 | 0,10 | 6,40 | 0,10 |
| | яйцо | 262 | Яйцо отварное | 40,00 | 8,90 | 63,00 | 5,10 | 4,60 | 0,28 |
| | гор блюдо | 236/49 | Каша молочная ассорти (рис, греча, мол), масло сли | 200/5 | 17,71 | 142,59 | 4,85 | 4,20 | 27,59 |
| | напиток | пром | Коктейль молочный | 200,00 | 35,70 | 142,00 | 5,20 | 5,00 | 12,00 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 51,00 | 2,92 | 152,10 | 4,10 | 1,07 | 26,70 |
| | | | ИТОГО: | 664,00 | 95,00 | 628,19 | 19,35 | 21,27 | 84,31 |
| завтрак 5-11 кл | фрукты | 161 | Яблоки | 1 шт | 18,80 | 70,50 | 0,00 | 0,00 | 17,64 |
| | бутерброд | 49 | Масло сливочное для бутербродов | 15,00 | 16,46 | 58,20 | 0,10 | 6,40 | 0,12 |
| | яйцо | 262 | Яйцо отварное | 40,00 | 8,90 | 63,00 | 5,10 | 4,60 | 0,28 |
| | гор блюдо | 236/49 | Каша молочная ассорти (рис, греча, мол), масло сли | 250/10 | 26,24 | 225,13 | 7,47 | 12,30 | 34,10 |
| | напиток | пром | Коктейль молочный | 200,00 | 35,70 | 142,00 | 5,20 | 5,00 | 12,00 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 50,00 | 2,90 | 182,52 | 4,92 | 1,28 | 32,08 |
| | | | ИТОГО: | 723,00 | 109,00 | 741,35 | 22,79 | 29,58 | 96,22 |
| обед 1-4 кл | подгарниров | 127 | Огурцы консервированные | 20 | 2,65 | 2,00 | 0,13 | 0,00 | 0,33 |
| | 1 блюдо | 76/77 | Суп-пюре из цветной капусты, гренки | 200/20 | 24,65 | 193,04 | 5,98 | 6,43 | 26,46 |
| | 2 блюдо | 612/31 | Зразы из цыпл-бройлера с луком и яйцом, соус крас | 70/30 | 38,85 | 198,90 | 11,14 | 14,10 | 7,32 |
| | гарнир | 188 | Отварные макаронные изделия | 150 | 13,16 | 209,10 | 5,30 | 6,10 | 30,40 |
| | напиток | 15 | Кисель | 200 | 11,93 | 67,00 | 0,30 | 0,00 | 28,20 |
| | хлеб | 57 | Хлеб ржаной | 36 | 2,31 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская витаминизированная | 25 | 1,45 | 60,84 | 1,64 | 0,43 | 10,70 |
| | | | ИТОГО: | 751 | 95,00 | 822,14 | 26,95 | 27,70 | 119,41 |
| обед 5-11 кл | подгарниров | 127 | Огурцы консервированные | 20 | 2,65 | 2,00 | 0,13 | 0,00 | 0,33 |
| | 1 блюдо | 76/77 | Суп-пюре из цветной капусты, гренки | 250/20 | 30,35 | 241,30 | 7,50 | 8,04 | 33,08 |
| | 2 блюдо | 612/31 | Зразы из цыпл-бройлера с луком и яйцом, соус крас | 80/30 | 44,25 | 221,00 | 12,38 | 15,67 | 8,13 |
| | гарнир | 188 | Отварные макаронные изделия | 180 | 15,79 | 250,92 | 6,36 | 7,32 | 36,48 |
| | напиток | 15 | Кисель | 200 | 11,93 | 67,00 | 0,30 | 0,00 | 28,20 |
| | хлеб | 57 | Хлеб ржаной | 35 | 2,25 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская витаминизированная | 31 | 1,78 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| | | | ИТОГО: | 846 | 109,00 | 964,74 | 31,59 | 32,31 | 138,22 |