

М Е Н Ю

13.01.2025

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)	12	16,22	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина)/соус красный	70/20	59,47	125,60	10,60	6,90	5,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	160	17,60	207,60	3,80	6,60	33,70
	напиток	1	Чай зеленый с сахаром	200	4,15	53,00	0,20	0,00	13,70
	кондитерско	пром	Конфета	25	7,74	19,30	0,30	2,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50,4	2,82	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				537	108,00	587,60	21,60	20,07	85,10
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	20	29,38	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина)/соус красный	70/50	60,65	139,56	11,78	7,67	6,00
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	19,81	249,12	4,56	7,92	40,44
	напиток	1	Чай зеленый с сахаром	200	4,15	53,00	0,20	0,00	13,70
	кондитерско	пром	Конфета	25	7,74	19,30	0,30	2,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	58,4	3,27	167,31	4,51	1,18	29,37
ИТОГО:				603	125,00	673,29	25,25	23,62	95,11
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	22,85	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь)	200	19,39	101,90	4,60	5,44	7,80
	2 блюдо	428/127	Плов (свинина)/огурцы консервированные	210/30	82,90	315,87	15,80	20,50	28,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	54,5	3,35	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,68	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				885	151,00	822,63	26,96	27,65	120,44
обед 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	22,85	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь)	250	24,23	127,38	5,75	6,80	9,75
	2 блюдо	428/127	Плов (свинина)/огурцы консервированные	260/35	101,99	386,06	19,31	25,06	34,59
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	48,3	2,97	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	38	2,13	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				991	175,00	948,72	32,44	33,79	134,08

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 блюд используется йодированная соль.