

М Е Н Ю

21.03.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

4

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд гор блюдо напиток хлеб	89 263/49 пром 53	Сыр (порциями)	10	11,93	30,00	2,60	2,70	0,00
			Каша молочн рисовая с карамелиз фруктами / масл	200/30/7	40,55	233,80	7,48	10,89	40,53
			Коктейль молочный	200	39,27	142,00	5,20	5,00	12,00
			Булка Сухоложская Витаминизированная	56,6	3,25	182,52	4,92	1,28	32,08
ИТОГО:			504	95,00	588,32	20,20	19,87	84,61	
завтрак 5-11 кл	бутерброд гор блюдо напиток хлеб	89 263/49 пром 53	Сыр (порциями)	15	17,89	45,00	3,90	4,05	0,00
			Каша молочн рисовая с карамелиз фруктами / масл	250/40/7	48,42	310,49	9,40	13,67	50,88
			Коктейль молочный	200	39,27	142,00	5,20	5,00	12,00
			Булка Сухоложская Витаминизированная	59,6	3,42	182,52	4,92	1,28	32,08
ИТОГО:			572	109,00	680,01	23,42	24,00	94,96	
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	136 60/81 173/33 187/279 28 57 53	Салат из отварной моркови с растительным маслом	60	8,47	61,00	0,70	3,60	6,10
			Щи из квашеной капусты / сметана (мдж 15%)	200/5	20,88	118,50	2,55	3,70	16,80
			Биточки рыбные "Новые" /соус молоч с морк и шпин	80/20	59,38	120,65	10,70	7,30	7,26
			Пюре картофельное /цветная капуста припущенная	130/20	28,73	181,30	6,37	11,30	19,30
			Напиток из ягодной смеси	200	10,46	102,00	0,20	0,10	25,00
			Хлеб ржаной	43	2,67	121,68	3,28	0,86	21,40
			Булка Сухоложская витаминизированная	42	2,41	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:			800	133,00	826,81	27,08	27,72	117,26	
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	136 60/81 173/33 187/279 28 57 53	Салат из отварной моркови с растительным маслом	100	14,12	101,70	1,17	6,00	10,17
			Щи из квашеной капусты / сметана (мдж 15%)	250/5	25,68	127,40	3,17	4,60	20,90
			Биточки рыбные "Новые" /соус молоч с морк и шпин	80/20	59,38	134,06	11,89	8,11	8,07
			Пюре картофельное /цветная капуста припущенная	160/30	37,77	217,56	7,64	13,56	23,16
			Напиток из ягодной смеси	200	10,46	102,00	0,20	0,10	25,00
			Хлеб ржаной	51,3	3,18	152,10	4,10	1,07	26,70
			Булка Сухоложская витаминизированная	42	2,41	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:			938	153,00	956,50	31,45	34,30	135,40	