

М Е Н Ю

17.05.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо напиток сладкое хлеб	258/51 1 пром 53	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/15	62,26	365,71	16,7	19,18	35,4
			Чай с сахаром	200	2,81	53	0,2	0	13,7
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	17,85	91	0	0	24
			Булка Сухоложская Витаминизированная	48	3,08	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	583	86,00	600,97	19,36	19,82	89,1
завтрак 5-11 кл	гор блюдо напиток сладкое хлеб	258/51 1 пром 53	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	150/25	75,77	468,45	21,8	25,04	43,7
			Чай с сахаром	200	2,81	53	0,2	0	13,7
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	17,85	91	0	0	24
			Булка Сухоложская Витаминизированная	40	2,57	121,68	3,28	0,86	21,4
			ИТОГО:	615	99,00	703,71	24,46	25,68	97,4
обед 1-4 кл	под гарниров 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195 102/77 619 5 57 53	Свекла отварная	20	4,00	12,9	0,3	0,46	1,7
			Суп-пюре из тыквы, гренки	200/20	23,76	193,04	5,98	6,43	26,46
			Карбонара с курицей и сырным соусом	170	44,39	281,8	13,41	18,8	25,87
			Компот из свежих яблок	200	6,75	61	0,1	0,1	15,41
			Хлеб ржаной	53	3,69	152,1	4,1	1,07	26,7
			Булка Сухоложская витаминизированная	53	3,41	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	716	86,00	852,94	27,99	27,93	122,84
обед 5-11 кл	под гарниров 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195 102/77 619 5 57 53	Свекла отварная	20	4,00	12,88	0,3	0,46	1,7
			Суп-пюре из тыквы, гренки	250/20	29,19	145	6,9	4,4	18,13
			Карбонара с курицей и сырным соусом	200	52,23	313,2	15	21	28,8
			Компот из свежих яблок	200	6,75	61	0,1	0,1	15,41
			Хлеб ржаной	60	3,88	182,52	4,92	1,28	32,08
			Булка Сухоложская витаминизированная	50	2,95	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	800	99,00	866,72	31,32	28,31	122,82