

М Е Н Ю

15.03.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	617/37	Котлета из рыбы "Морское чудо"/ соус молочный с м	70/30	45,60	105,10	8,30	9,80	5,20
	гор блюдо	187/пром	Пюре картофельное) / икра кабачковая	140/20	27,63	156,30	3,10	5,85	21,30
	напиток	10	Витаминизированное какао	200	18,60	145,00	3,90	3,10	25,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	55,3	3,17	182,52	4,92	1,28	32,08
	ИТОГО:			515	95,00	588,92	20,22	20,03	83,78
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	617/37	Котлета из рыбы "Морское чудо"(минтай, цветная ка	80/30	51,63	128,50	10,15	12,00	6,40
	гор блюдо	187/пром	Пюре картофельное) / икра кабачковая	170/30	35,35	187,56	3,72	7,02	25,56
	напиток	10	Витаминизированное какао	200	18,60	145,00	3,90	3,10	25,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	59	3,42	212,94	5,74	1,50	37,40
	ИТОГО:			569	109,00	674,00	23,51	23,62	94,56
обед 1-4 кл	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоками и растительн	60	9,25	48,00	0,60	4,00	3,90
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми	200	14,86	114,40	4,60	5,44	10,80
	2 блюдо	601	Плов (рис, говядина, морковь, лук репчатый, расте	190	84,84	330,87	14,20	16,50	30,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной	47	2,91	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	36,6	2,10	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:			734	133,00	858,05	26,78	27,87	117,10	
обед 5-11 кл	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоками и растительн	110	16,96	80,00	1,00	6,70	6,50
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми	250	18,57	143,00	5,75	6,80	13,50
	2 блюдо	601	Плов (рис, говядина, морковь, лук репчатый, расте	210	93,77	363,96	15,62	18,15	33,33
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной	49,2	3,05	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	28	1,61	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:			847	153,00	982,16	30,57	33,79	130,73	