

М Е Н Ю

18.11.2021

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	15,17	70,5	0	0	17,64
	закуска	262	Яйцо отварное	40	11,13	63	5,1	4,6	0,28
	закуска	43	Паста шоколадная для бутербродов	20	15,75	53,29	0,48	7,73	3,03
	гор блюдо	236	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа)	200	11,66	109,2	4,8	2,2	15,53
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	5	3,98	29,1	0,05	3,2	0,06
	напиток	10	Витаминизированное какао "Витошка"	200	13,59	145	3,9	3,1	25,2
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,19	53,3	0,3	1,8	9,6
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,53	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	665	79,00	614,65	17,09	23,27	87,34
обед 1-4 кл	закуска	195	Свекла отварная	50	3,07	32,2	0,76	1,17	4,24
	1 блюдо	101/77	Суп из бобовых, гренки	200/20	8,72	197,04	9,5	3,63	28,96
	2 блюдо	388	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленив), соус кра	150/70	59,63	358,8	11,6	21,8	6,3
	напиток	1	Чай с сахаром	200	2,11	53	0,2	0	13,7
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,93	151,2	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,54	151,2	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	790	79,00	945,24	30,26	28,74	106,6
дополнит 1-4 кл	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	14,28	91	0	0	24
			ИТОГО:	200	14,28	91	0	0	24