

М Е Н Ю

27.11.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	15	16,85	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(телятина, свинина), соус томатный	70/30	55,23	135,00	7,65	9,40	3,80
	гор блюдо	188	Отварные макаронные изделия	160	13,87	209,10	4,30	5,90	38,50
	напиток	2	Чай с лимоном	200/10	6,00	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	56	3,05	152,10	4,10	1,07	26,70
			ИТОГО:	541	95,00	601,20	20,25	20,42	84,20
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	15	16,85	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(телятина, свинина), соус томатный	90/30	67,40	150,00	8,50	10,47	4,20
	гор блюдо	188	Отварные макаронные изделия	180	15,60	250,92	6,36	7,30	32,90
	напиток	2	Чай с лимоном	200/10	6,00	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	57	3,15	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	582	109,00	673,44	22,68	21,75	84,38
обед 1-4 кл	закуска	109	Салат из свежей капусты (капуста белокочанная, морковь, лук, помидоры)	60	4,39	48,60	0,80	2,70	5,00
	1 блюдо	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/5	22,02	131,50	2,35	5,40	16,25
	2 блюдо	303	Гуляш из мяса говядины (говядина, томатная паста, лук)	45/45	81,50	148,00	10,40	7,62	3,80
	гарнир	189	Каша рассыпчатая гречневая	150	13,23	245,00	8,20	12,40	32,47
	напиток	15	Кисель	200	7,95	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной	34	1,99	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	35	1,92	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	824	133,00	822,62	26,97	29,40	117,72
обед 5-11 кл	закуска	109	Салат из свежей капусты (капуста белокочанная, морковь, лук, помидоры)	120	8,78	81,00	1,00	4,50	8,33
	1 блюдо	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/10	23,72	164,40	2,94	6,75	20,30
	2 блюдо	303	Гуляш из мяса говядины (говядина, томатная паста, лук)	50/50	90,56	164,40	11,55	8,47	4,22
	гарнир	189	Каша рассыпчатая гречневая	190	16,76	294,00	9,84	14,90	38,96
	напиток	15	Кисель	200	7,95	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной	55	3,28	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	36	1,95	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	961	153,00	1014,16	32,19	36,33	142,71