

М Е Н Ю

25.11.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 6						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,83	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/20	58,17	145,00	8,60	9,40	8,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	160	15,91	207,60	3,80	6,60	35,70
	напиток	1	Чай зеленый с сахаром	200	4,15	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	52,8	2,94	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				513	95,00	587,70	19,30	19,77	84,50
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	18	24,89	60,00	5,20	5,40	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/40	58,96	166,10	9,56	10,44	12,52
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	17,89	249,12	4,56	7,92	42,84
	напиток	1	Чай зеленый с сахаром	200	4,15	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	55,8	3,11	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				564	109,00	680,32	23,62	24,83	95,76
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	17,93	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	200	17,10	101,90	4,60	5,44	7,80
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	210	73,05	315,87	15,80	20,50	28,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	49,4	3,02	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				826	133,00	822,63	26,96	27,65	120,44
обед 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	17,93	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	250	21,38	127,38	5,75	6,80	9,75
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	255	88,70	421,16	21,07	27,33	40,73
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	50	3,06	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				923	153,00	953,40	33,38	35,84	134,82

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.