

М Е Н Ю

11.04.2022

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	закуска	157	Масло сливочное для бутербродов	10	9,22	58	0,1	6,4	0,1
	гор блюдо	393/31	Котлеты (свинина, лук репч, хлеб пш), соус красный	60/30	41,10	135	9,5	6,4	7,8
	гор блюдо	202	Макаронные изделия отварные с сыром	150	17,83	209,1	6,8	6,1	30,4
	напиток	15	Кисель витаминизированный	200	13,99	67	0,3	0	28,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,86	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	510	86,00	651,62	21,62	20,18	98,58
завтрак 5-11 кл	закуска	157	Масло сливочное для бутербродов	10	9,22	58	0,1	6,4	0,1
	гор блюдо	393/31	Котлеты (свинина, лук репч, хлеб пш), соус красный	70/30	49,90	150	10,6	7,11	8,7
	гор блюдо	202	Макаронные изделия отварные с сыром	180	21,40	250,92	8,2	7,32	36,5
	напиток	15	Кисель витаминизированный	200	13,99	67	0,3	0	28,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,86	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	550	99,00	708,44	24,12	22,11	105,58
обед 1-4 кл	закуска	195	Морковь отварная	20	3,21	11,42	0,26	0,47	1,33
	1 блюдо	58/81	Щи из свежей капусты и картофеля, сметана	200/5	18,56	116	6,96	3,52	14,48
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репч)	170	50,94	270,5	11	20,8	20,6
	напиток	2	Чай с лимоном	200/7	5,26	60	0,3	0	15,2
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,53	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	70	4,50	212,9	5,74	1,52	37,4
			ИТОГО:	722	86,00	822,96	28,36	27,38	115,71
обед 5-11 кл	закуска	195	Морковь отварная	20	3,21	17,13	0,39	0,72	2,01
	1 блюдо	58/81	Щи из свежей капусты и картофеля, сметана	250/5	22,80	145	8,7	4,4	18,1
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репч)	200	58,29	259,4	12,42	23,4	23,22
	напиток	2	Чай с лимоном	200	5,26	60	0,3	0	15,2
	хлеб	57	Хлеб ржаной	70	4,94	212,9	5,74	1,52	37,4
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	70	4,50	212,9	5,74	1,52	37,4
			ИТОГО:	822	99,00	980,44	34,5	33,91	135,19