

М Е Н Ю

13.12.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 3

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо	161	Яблоки	1 шт	15,26	70,50	0,00	0,00	17,64
		14/233/4	Запеканка из рыбы с овощами и рисом / овощи припущенные (овощная смесь) /масло сливоч	130/15/5	69,62	329,76	15,70	18,93	19,36
	напиток хлеб	15	Кисель	200	7,95	67,00	0,30	0,00	28,20
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	40	2,17	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				525	95,00	588,94	19,28	19,79	86,60
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо	161	Яблоки	1 шт	15,26	70,50	0,00	0,00	17,64
		14/233/4	Запеканка из рыбы с овощами и рисом / овощи припущенные (овощная смесь) /масло сливоч	150/20/5	82,53	380,53	17,80	21,80	34,00
	напиток хлеб	15	Кисель	200	7,95	67,00	0,30	0,00	28,20
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	60	3,26	182,52	4,92	1,28	32,08
ИТОГО:				570	109,00	700,55	23,02	23,08	111,92
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо	104	Салат из свеклы с чесноком и сыром	70	12,65	80,40	1,50	6,00	4,44
		95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	200/20	28,17	159,04	4,06	3,87	22,40
	2 блюдо	393/31	Шницель (свинина)/ соус красный основной	70/20	50,28	106,10	11,80	10,48	8,70
		188/233	Отварные макаронные изделия /овощи припущенны	130/20	18,70	185,30	3,90	6,10	26,40
	гарнир напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
		57	Хлеб ржаной	42	2,51	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,65	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				802	133,00	834,78	27,00	27,95	123,34
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо	104	Салат из свеклы с чесноком и сыром	110	19,88	134,00	2,50	10,00	7,40
		95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	250/20	34,77	198,80	5,08	4,84	28,00
	2 блюдо	393/31	Шницель (свинина)/ соус красный основной	70/30	50,65	117,90	13,11	11,64	9,70
		188/233	Отварные макаронные изделия /овощи припущенны	150/30	24,15	222,36	4,68	7,32	31,68
	гарнир напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
		57	Хлеб ржаной	44	2,62	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	35	1,89	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				939	153,00	977,00	31,11	35,30	138,18