

М Е Н Ю

09.11.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	172	Гренки с сыром и шпинатом	45,00	17,05	60,50	2,60	3,20	16,50
		173/37	Биточки куриные "Новые", соус молочн с морк и шпи	80/30	47,52	80,90	8,30	6,80	3,40
		188/271	Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные	120/30	19,30	135,00	3,35	5,68	27,85
		16	Кофейный напиток с молоком	200,00	7,69	138,70	4,10	3,30	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60,00	3,44	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	565,00	95,00	597,62	23,27	20,26	95,46
завтрак 5-11 кл	бутерброд гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	172	Гренки с сыром и шпинатом	45	17,05	60,50	2,60	3,20	16,50
		173/37	Биточки куриные "Новые", соус молочн с морк и шпи	90/30	53,08	102,00	9,20	7,50	3,80
		188/271	Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные	150/50	27,99	195,00	3,35	8,15	32,40
		16	Кофейный напиток с молоком	200	7,69	138,70	4,10	3,30	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	56	3,19	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	621,00	109,00	678,72	24,17	23,43	100,41
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	195	Морковь отварная	20	2,83	11,40	0,26	0,47	1,33
		69	Суп картофельный с бобовыми	200	13,89	197,04	6,80	4,63	20,20
		414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соусе	70/35	42,57	285,40	12,50	20,15	38,30
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные	130/20	29,43	142,00	3,15	1,53	21,42
		2	Чай с лимоном	200/5	3,83	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	20	1,29	60,84	1,64	0,43	10,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	20	1,16	60,84	1,64	0,43	10,70
			ИТОГО:	720	95,00	817,52	26,29	27,64	117,85
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	195	Морковь отварная	30	4,24	11,40	0,26	0,47	1,33
		69	Суп картофельный с бобовыми	250	17,36	246,30	8,50	5,80	25,25
		414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соусе	70/40	43,06	317,10	13,90	22,39	42,55
		187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные	150/30	36,87	166,00	4,60	2,70	23,50
		2	Чай с лимоном	200/5	3,83	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	35	2,20	91,26	2,46	0,64	16,00
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	25	1,44	60,84	1,64	0,43	10,70
			ИТОГО:	835	109,00	952,90	31,66	32,43	134,53