

М Е Н Ю

03.10.2022

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	12	12,44	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	617/33	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная кап, яйцо, масло раст) / соус молочн с морков и шпината	80/20	46,83	102,30	8,70	5,70	5,10
	гор блюдо	191	Рис припущенн с овощами (рис, морк, лук, масло сливочное)	150	13,56	272,00	3,60	11,60	38,00
	напиток	15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
	сладкое	пром	Конфета	25	7,44	23,20	0,30	1,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	49	2,80	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				536,00	95,00	646,60	19,60	22,87	103,60
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	17	17,63	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	617/33	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная кап, яйцо, масло раст) / соус молочн с морков и шпината	90/30	53,43	113,67	11,30	6,40	5,60
	гор блюдо	191	Рис припущенн с овощами (рис, морк, лук, масло сливочное)	180	16,27	326,40	4,32	13,92	45,60
	напиток	15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
	сладкое	пром	Конфета	25	7,44	23,20	0,30	1,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	2,30	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				582,00	109,00	696,95	23,40	27,03	106,40
обед 1-4 кл	подгариновое	127	Огурцы консервированные	30	3,98	2,00	0,13	0,00	0,33
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	21,01	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо	360	Греча по-купечески (греча, свин, морк, лук, масло сливочное)	190	54,32	346,70	16,30	21,40	33,30
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,92	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной	48	3,04	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,73	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				753	95,00	822,56	27,24	27,61	117,33
обед 5-11 кл	подгариновое	127	Огурцы консервированные	40	5,30	2,50	0,16	0,00	0,41
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	21,01	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо	360	Греча по-купечески (греча, свин, морк, лук, масло сливочное)	230	65,76	462,27	21,73	28,53	44,40
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,92	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,20	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	49	2,81	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				824	109,00	999,47	34,34	35,17	139,21