

МЕНЮ

19.01.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №		ДЕНЬ 9							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	9,16	35	2,6	2,7	0
	гор блюдо	612	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом	80	44,43	84	6,68	7,39	5,75
	гарнир	271	Кабачки тушеные	30	8,23	16,2	0,24	1,02	1,62
	гарнир	189	Каша рассыпчатая гречневая	120	13,79	163,18	6,6	4,32	28,72
	напитки	16	Кофейный напиток с молоком	200	7,40	138,7	4,1	3,3	15,63
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	2,99	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	500	86,00	619,6	25,14	20,01	83,8
завтрак 5-11 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	9,16	35	2,6	2,7	0
	гор блюдо	612	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом	90	50,30	94,5	7,56	8,37	6,48
	гарнир	271	Кабачки тушеные	50	13,72	27	0,4	1,7	2,7
	гарнир	189	Каша рассыпчатая гречневая	130	14,94	176,8	7,15	4,68	31,2
	напитки	16	Кофейный напиток с молоком	200	7,40	138,7	4,1	3,3	15,63
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	70	3,48	212,94	5,74	1,5	37,4
			ИТОГО:	550	99,00	684,94	27,55	22,25	93,41
обед 1-4 кл	закуска	195	Морковь отварная	30	3,85	17,13	0,42	0,72	2,01
	1 блюдо	99	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	200/5	18,39	89,8	4,4	5,4	10
	2 блюдо	399	Азу (картоф,свинин, морк, лук, огур конс, томат паста	180	50,29	335,88	15,1	20,3	32,08
	напиток	28	Напиток из свежзамороженных плодов и ягод	200	8,61	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,87	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	40	1,99	121,68	3,28	0,86	21,4
			ИТОГО:	705	86,00	818,49	25,01	26,69	117,11
обед 5-11 кл	закуска	195	Морковь отварная	40	5,14	22,84	0,56	0,96	2,68
	1 блюдо	99	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	250/5	22,68	112,25	5,5	6,75	12,5
	2 блюдо	399	Азу (картоф,свинин, морк, лук, огур конс, томат паста	200	56,63	373,2	16,8	22,6	35,8
	напиток	28	Напиток из свежзамороженных плодов и ягод	200	8,61	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	60	3,45	182,52	4,92	1,28	32,08
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	2,49	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	805	99,00	944,91	32,08	32,76	134,76