

М Е Н Ю

21.09.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

4

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | Ккал | Б | Ж | У |
|--------------------------------------|--|---|--|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|-------|
| завтрак 1-4 кл | бутерброд гор блюдо напиток хлеб | 43 263/49 пром 53 | Паста шоколадная для бутербродов | 15 | 15,70 | 40,00 | 0,36 | 5,80 | 2,27 |
| | | | Каша молчн рисов с карамелиз фруктами/масло сли | 200/30/5 | 34,92 | 223,80 | 9,48 | 7,89 | 37,53 |
| | | | Коктейль молочный | 200 | 41,65 | 142,00 | 5,20 | 5,00 | 12,00 |
| | | | Булка Сухоложская Витаминизированная | 56 | 2,73 | 182,52 | 4,92 | 1,28 | 32,08 |
| ИТОГО: | | | 506 | 95,00 | 588,32 | 19,96 | 19,97 | 83,88 | |
| завтрак 5-11 кл | бутерброд гор блюдо напиток хлеб | 43 263/49 пром 53 | Паста шоколадная для бутербродов | 20 | 21,66 | 60,00 | 0,54 | 8,70 | 3,40 |
| | | | Каша молчн рисов с карамелиз фруктами/масло сли | 250/40/5 | 42,83 | 296,18 | 11,95 | 9,95 | 48,32 |
| | | | Коктейль молочный | 200 | 41,65 | 142,00 | 5,20 | 5,00 | 12,00 |
| | | | Булка Сухоложская Витаминизированная | 59 | 2,86 | 182,52 | 4,92 | 1,28 | 32,08 |
| ИТОГО: | | | 574 | 109,00 | 680,70 | 22,61 | 24,93 | 95,80 | |
| обед 1-4 кл | закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб | 136 55/81 173/33 187/279 пром 57 53 | Салат из отварной моркови с растительным маслом | 60 | 8,36 | 61,00 | 0,70 | 3,60 | 6,10 |
| | | | Суп из овощей / сметана (мдж 15%) | 250/5 | 19,68 | 118,50 | 2,55 | 3,70 | 16,80 |
| | | | Биточки рыбные "Новые" /соус молоч с морк и шпин | 80/20 | 51,80 | 120,65 | 10,90 | 7,30 | 7,26 |
| | | | Пюре картофельное /цветная капуста припущенная | 130/20 | 29,61 | 191,30 | 6,37 | 12,30 | 20,30 |
| | | | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 200 | 19,04 | 91,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | | | Хлеб ржаной | 44 | 2,34 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| Булка Сухоложская витаминизированная | 45 | 2,17 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 | | | |
| ИТОГО: | | | 854 | 133,00 | 825,81 | 27,08 | 28,62 | 117,26 | |
| обед 5-11 кл | закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб | 136 55/81 173/33 187/279 пром 57 53 | Салат из отварной моркови с растительным маслом | 100 | 13,93 | 101,70 | 1,17 | 6,00 | 10,17 |
| | | | Суп из овощей / сметана (мдж 15%) | 250/5 | 19,68 | 148,13 | 3,19 | 4,63 | 21,00 |
| | | | Биточки рыбные "Новые" /соус молоч с морк и шпин | 90/20 | 58,02 | 134,05 | 12,10 | 8,11 | 8,07 |
| | | | Пюре картофельное /цветная капуста припущенная | 150/30 | 37,38 | 229,56 | 7,64 | 14,76 | 24,36 |
| | | | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 200 | 19,04 | 91,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | | | Хлеб ржаной | 59 | 3,11 | 182,52 | 4,92 | 1,28 | 32,08 |
| Булка Сухоложская витаминизированная | 38 | 1,84 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 | | | |
| ИТОГО: | | | 942 | 153,00 | 1008,64 | 32,30 | 35,64 | 141,08 | |