

М Е Н Ю

07.10.2024

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	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,83	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/30	60,89	145,00	8,60	9,40	8,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	150	14,42	207,60	3,80	6,60	35,70
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,92	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	52,9	2,94	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				513	95,00	587,70	19,30	19,77	84,50
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	18	24,89	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/30	60,89	177,20	10,51	11,49	10,27
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	17,30	249,12	4,56	7,92	42,84
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,92	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	53,9	3,00	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				552	109,00	676,42	23,27	24,53	93,51
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,98	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	200	16,44	101,90	4,60	5,44	7,80
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	210	72,67	315,87	15,80	20,50	28,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	49,2	3,01	152,10	4,10	1,07	26,70
обед 5-11 кл	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,67	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				834	133,00	822,63	26,96	27,65	120,44
обед 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,98	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	250	20,55	127,40	5,75	6,80	9,75
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	255	88,24	421,16	21,07	27,33	35,38
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	48	2,94	152,10	4,10	1,07	26,70
обед 5-11 кл	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	37	2,06	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				935	153,00	983,84	34,20	36,06	134,87

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.