

М Е Н Ю

06.05.2025

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ 2

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	23,70	70,50	0,00	0,00	17,64
		70/51	Запеканка из творога с яблоками , сгущенное молоко	140/20	73,81	317,30	13,40	16,41	31,60
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,60	108,70	4,10	3,30	18,60
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	33,5	1,89	91,26	2,46	0,64	16,00
		ИТОГО:			560	108,00	587,76	19,96	20,35
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	23,70	70,50	0,00	0,00	17,64
		70/51	Запеканка из творога с яблоками , сгущенное молоко	180/20	89,42	359,60	15,19	18,60	35,81
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,60	108,70	4,10	3,30	18,60
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	58,2	3,28	152,10	4,10	1,07	26,70
		ИТОГО:			624	125,00	690,90	23,39	22,97
обед 1-4 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	60/81	Щи из квашеной капусты , сметана	200/5	26,24	120,24	6,32	7,47	10,40
		178/37	Котлета из филе белой рыбы (треска, минт)/соус молочный	70/20	71,70	134,20	9,30	10,65	10,39
		187/271	Пюре картофельное/кабачки тушеные	130/15	35,90	195,00	4,50	7,60	23,60
		28	Напиток из ягодной смеси	200	12,56	102,00	0,20	0,10	25,00
		57	Хлеб ржаной (2)	42,3	2,62	152,10	4,10	1,07	26,70
		53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	35	1,98	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:			717	151,00	825,22	27,70	27,75	117,49	
обед 5-11 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	60/81	Щи из квашеной капусты , сметана	250/5	32,34	149,57	7,86	9,29	12,94
		178/37	Котлета из филе белой рыбы (треска, минт)/соус молочный	70/30	76,12	149,11	10,33	11,73	11,54
		187/271	Пюре картофельное/кабачки тушеные	150/30	47,83	254,00	5,40	9,12	31,32
		28	Напиток из ягодной смеси	200	12,56	102,00	0,20	0,10	25,00
		57	Хлеб ржаной (2)	60	3,72	182,52	4,92	1,28	32,08
		53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	43	2,43	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:			838	175,00	958,88	31,99	32,38	134,28	

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением вит - минеральн 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.