

М Е Н Ю

13.03.2023

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	283/32	Ромштекс "Сочный" (филе куриное) /соус красн осно	70/30	48,01	103,90	6,70	3,20	4,10
	гор блюдо	189	Каша рассыпчатая гречневая	160	13,46	242,00	8,20	12,40	32,90
	напиток	15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
	сладкое	пром	Конфета	25	6,84	23,20	0,30	1,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	46	2,32	121,68	3,28	0,86	21,40
	ИТОГО:			543,00	95,00	587,78	21,38	20,96	92,20
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	15	15,55	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	283/32	Ромштекс "Сочный" (филе куриное) /соус красн осно	85/20	57,92	115,44	7,44	3,56	4,56
	гор блюдо	189	Каша рассыпчатая гречневая	170	14,30	274,27	9,30	14,00	37,29
	напиток	15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
	сладкое	пром	Конфета	25	6,84	23,20	0,30	1,80	5,60
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	49	2,46	152,10	4,10	1,07	26,70
	ИТОГО:			564,00	109,00	677,01	25,34	24,48	102,35
обед 1-4 кл	подгарниров	127	Огурцы консервированные	30	4,85	3,00	0,20	0,00	0,50
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/10	22,49	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картоф, свин, лук, том паста	220	65,69	346,70	16,30	21,40	33,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	18,45	91,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	17,78	70,50	0,00	0,00	17,64
	хлеб	57	Хлеб ржаной	40	2,20	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	31	1,54	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:			947	133,00	852,64	26,29	27,30	128,84	
обед 5-11 кл	подгарниров	127	Огурцы консервированные	40	6,47	3,00	0,20	0,00	0,50
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/10	22,49	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картоф, свин, лук, том паста	280	83,60	462,27	21,70	28,53	44,40
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	18,45	91,00	0,00	0,00	24,00
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,21	70,50	0,00	0,00	17,64
	хлеб	57	Хлеб ржаной	40	2,20	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	32	1,58	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:			1022	153,00	968,21	31,69	34,43	139,94	