

## М Е Н Ю

07.04.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	13,95	70,5	0	0	17,64
	закуска	268	Брускетта с творогом, сыром, шпинатом	60	20,45	138,3	4,58	12,23	26,11
	гор блюдо	236/49	Каша молочн ассорти (рис, гречн крупа), масло слив	150/5	14,08	172,59	4,85	5,4	15,59
	напиток	пром	Коктейль молочный	200	35,70	142	5,2	5	12
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,82	91,26	2,46	0,64	16
			<b>ИТОГО:</b>	575	<b>86,00</b>	614,65	17,09	23,27	87,34
завтрак 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	13,95	70,5	0	0	17,64
	закуска	268	Брускетта с творогом, сыром, шпинатом	60	20,45	138,3	4,58	12,2	26,11
	гор блюдо	236/49	Каша молочн ассорти (рис, гречн крупа), масло слив	250/5	26,47	174,7	6,45	6,16	20,78
	напиток	пром	Коктейль молочный	200	35,70	142	5,2	5	12
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	2,43	121,68	3,28	0,86	21,4
			<b>ИТОГО:</b>	685	<b>99,00</b>	647,18	19,51	24,25	97,93
обед 1-4 кл	закуска	195	Свекла отварная	20	4,00	12,88	0,32	0,48	1,7
	1 блюдо	101/77	Суп из бобовых, гренки	200/20	10,58	197,04	9,5	3,63	20,2
	2 блюдо	269	Бигус( капуста белок, свинин, морк, лук, смет, том. пас	160	57,89	250,12	9,44	20,24	26
	напиток	269	Компот из свежих яблок	200	7,16	61	0,1	0,1	15,41
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,34	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,03	152,1	4,1	1,07	26,7
			<b>ИТОГО:</b>	700	<b>86,00</b>	825,24	27,56	26,59	116,71
обед 5-11 кл	закуска	195	Свекла отварная	20	4,00	12,88	0,32	0,48	1,7
	1 блюдо	101/77	Суп из бобовых, гренки	250/20	12,75	228,04	11,3	4,39	32,73
	2 блюдо	269	Бигус( капуста белок, свинин, морк, лук, смет, том. пас	200	68,72	411,4	15,2	28	8
	напиток	269	Компот из свежих яблок	200	7,16	61	0,1	0,1	15,41
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,34	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,03	152,1	4,1	1,07	26,7
			<b>ИТОГО:</b>	800	<b>99,00</b>	948,78	31,7	32,41	135,74