

М Е Н Ю

03.09.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

1

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо гор блюдо	пром 282/202	Вафли	25	7,44	62,00	1,46	1,91	9,80
			Котлета "Домашняя"(телятина, свинина) / макаронные изделия отварные, с сыром	70/160	78,47	316,10	13,60	16,80	32,20
	напиток хлеб	2 53	Чай зеленый с лимоном	200/5	5,96	60,00	0,30	0,00	15,20
			Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	51,9	3,13	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				512	95,00	590,20	19,46	19,78	83,90
завтрак 5-11 кл	доп блюдо гор блюдо	пром 282/202	Вафли	50	14,88	124,00	2,92	3,82	19,60
			Котлета "Домашняя"(телятина, свинина) / макаронные изделия отварные, с сыром	70/190	82,72	359,20	15,45	19,10	36,60
	напиток хлеб	2 53	Чай зеленый с лимоном	200/10	7,59	60,00	0,30	0,00	15,20
			Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	63,2	3,81	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				583	109,00	695,30	22,77	23,99	98,10
обед 1-4 кл	доп блюдо 1 блюдо	127 79/81	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	30	9,05	2,00	0,13	0,00	0,33
			Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	200/5	20,59	131,50	2,35	5,40	16,25
	2 блюдо гарнир	429 189	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло слив)	45/45	70,25	148,00	10,40	7,62	3,80
			Каша рассыпчатая гречневая	160	14,37	265,00	8,20	13,40	32,47
	напиток	15	Кисель (3)	200	14,31	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	40,3	2,62	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,81	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				755	133,00	826,44	27,12	27,92	118,45
обед 5-11 кл	доп блюдо 1 блюдо	127 79/81	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	40	12,07	3,00	0,20	0,00	0,50
			Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/10	27,02	163,60	2,95	6,70	20,20
	2 блюдо гарнир	429 189	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло слив)	50/50	78,06	164,40	11,55	8,47	4,22
			Каша рассыпчатая гречневая	180	16,17	318,00	9,84	16,08	39,00
	напиток	15	Кисель (3)	200	14,31	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	45	2,92	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40,6	2,45	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				866	153,00	959,36	31,40	32,97	134,92

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с доб витам - 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 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С
- 4 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.