

М Е Н Ю

21.10.2022

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	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	401/37	Суфле "Рыбка" (минтай) / соус молочный	60/30	34,72	125,30	6,30	11,35	10,57
	гор блюдо	187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные	130/20	29,43	142,00	3,15	1,53	21,42
	напиток	10	Витаминизированное какао	200,00	17,76	145,00	3,90	3,10	25,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50,00	2,72	152,10	4,10	1,07	26,70
	ИТОГО:				500,00	95,00	594,40	20,05	19,75
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	401/37	Суфле "Рыбка" (минтай) / соус молочный	70/35	40,51	139,22	7,00	12,61	11,74
	гор блюдо	187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные	150/30	36,87	185,40	4,10	3,84	26,80
	напиток	10	Витаминизированное какао	200,00	17,76	145,00	3,90	3,10	25,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	61,00	3,49	182,52	4,92	1,28	32,08
	ИТОГО:				556,00	109,00	682,14	22,52	23,53
обед 1-4 кл	подгарниров	271	Кабачки тушеные (кабачки, морк, лук, том паста)	25	7,75	10,80	0,16	0,68	1,08
	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	200/5	21,82	89,80	4,40	5,40	10,00
	2 блюдо	393/31	Шницель (свинина) / соус красный основной	70/30	41,11	199,30	11,95	13,80	12,50
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	150	12,37	219,00	3,60	6,00	36,80
	напиток	2	Чай с ягодами	200/10	7,17	59,60	0,30	0,10	14,30
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,20	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	28	1,58	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:				768	95,00	821,86	26,97	27,69
обед 5-11 кл	подгарниров	271	Кабачки тушеные (кабачки, морк, лук, том паста)	25	7,75	10,80	0,16	0,68	1,08
	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	250/5	26,87	112,25	5,50	6,75	12,50
	2 блюдо	393/31	Шницель (свинина) / соус красный основной	80/30	46,83	232,80	14,28	16,33	13,99
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	180	14,84	262,80	4,32	7,20	44,16
	напиток	2	Чай с ягодами	200	7,17	59,60	0,30	0,10	14,30
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,20	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	41	2,34	121,68	3,28	0,86	21,40
	ИТОГО:				861	109,00	952,03	31,94	32,99