

М Е Н Ю

22.11.2024

Приятного аппетита!

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

| ШКОЛА №                |           |          | ДЕНЬ 5                                             |        |        |          |       |       |        |
|------------------------|-----------|----------|----------------------------------------------------|--------|--------|----------|-------|-------|--------|
| Прием пищи             | Раздел    | № рецепт | Наименование блюд                                  | Выход  | Цена   | ЭЦ, ккал | Б     | Ж     | У      |
| завтрак<br><br>1-4 кл  | гор блюдо | 614/37   | Суфле из горбуши с овощами и рисом / соус молочный | 70/30  | 47,70  | 96,30    | 6,30  | 10,30 | 10,80  |
|                        | гор блюдо | 207      | Картофель в молоке                                 | 150    | 25,44  | 164,60   | 4,30  | 5,30  | 25,70  |
|                        | напиток   | 10       | Какао витаминизированное (4)                       | 200    | 18,49  | 145,00   | 3,90  | 3,10  | 15,20  |
|                        | хлеб      | 53       | Булка Сухоложская Витаминизированная (1)           | 60,5   | 3,37   | 182,52   | 4,92  | 1,28  | 32,08  |
|                        |           |          | ИТОГО:                                             | 511    | 95,00  | 588,42   | 19,42 | 19,98 | 83,78  |
| завтрак<br><br>5-11 кл | гор блюдо | 614/37   | Суфле из горбуши с овощами и рисом / соус молочный | 85/20  | 55,89  | 127,00   | 8,00  | 12,10 | 12,40  |
|                        | гор блюдо | 207      | Картофель в молоке                                 | 180    | 30,53  | 197,52   | 5,16  | 6,36  | 30,96  |
|                        | напиток   | 10       | Какао витаминизированное (4)                       | 200    | 18,49  | 145,00   | 3,90  | 3,10  | 15,20  |
|                        | хлеб      | 53       | Булка Сухоложская Витаминизированная (1)           | 73,5   | 4,09   | 212,94   | 5,74  | 1,50  | 37,40  |
|                        |           |          | ИТОГО:                                             | 559    | 109,00 | 682,46   | 22,80 | 23,06 | 95,96  |
| обед<br><br>1-4 кл     | 1 блюдо   | 99/81    | Суп томатный с фасолью и овощами, сметана ( мдж    | 200/5  | 24,57  | 158,50   | 6,97  | 8,70  | 13,80  |
|                        | 2 блюдо   | 168/31   | Шницель ( говядина, свинина) соус красный основно  | 80/20  | 63,61  | 154,80   | 11,20 | 10,90 | 10,70  |
|                        | гарнир    | 188/271  | Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные       | 140/20 | 21,02  | 235,80   | 3,90  | 6,80  | 37,40  |
|                        | напиток   | пром     | Сок фруктовый в потребительской упаковке           | 200    | 20,23  | 91,00    | 0,00  | 0,00  | 24,00  |
|                        | хлеб      | 57       | Хлеб ржаной (2)                                    | 31     | 1,90   | 91,26    | 2,46  | 0,64  | 16,00  |
|                        | хлеб      | 53       | Булка Сухоложская витаминизированная (1)           | 30     | 1,67   | 91,26    | 2,46  | 0,64  | 16,00  |
|                        |           |          | ИТОГО:                                             | 726    | 133,00 | 822,62   | 26,99 | 27,68 | 117,90 |
| обед<br><br>5-11 кл    | 1 блюдо   | 99/81    | Суп томатный с фасолью и овощами, сметана ( мдж    | 250/5  | 30,29  | 197,16   | 8,67  | 10,82 | 17,17  |
|                        | 2 блюдо   | 168/31   | Шницель ( говядина, свинина) соус красный основно  | 90/30  | 71,87  | 172,00   | 12,44 | 12,11 | 11,89  |
|                        | гарнир    | 188/271  | Отварные макаронные изделия /кабачки тушеные       | 160/30 | 26,51  | 282,96   | 4,68  | 8,16  | 44,88  |
|                        | напиток   | пром     | Сок фруктовый в потребительской упаковке           | 200    | 20,23  | 91,00    | 0,00  | 0,00  | 24,00  |
|                        | хлеб      | 57       | Хлеб ржаной (2)                                    | 39,7   | 2,43   | 121,68   | 3,28  | 0,86  | 21,40  |
|                        | хлеб      | 53       | Булка Сухоложская витаминизированная (1)           | 30     | 1,67   | 91,26    | 2,46  | 0,64  | 16,00  |
|                        |           |          | ИТОГО:                                             | 835    | 153,00 | 956,06   | 31,53 | 32,59 | 135,34 |

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)  
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)  
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.  
4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1