

М Е Н Ю

11.09.2024

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №		ДЕНЬ 7							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	12,96	70,50	0,00	0,00	17,64
		235/51	Запеканка шоколадно-банановая с творогом (творог	130/20	72,23	366,13	17,20	19,20	35,20
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,21	60,00	0,30	0,00	15,20
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	28,8	1,60	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	506	95,00	587,89	19,96	19,84	84,04
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	12,96	70,50	0,00	0,00	17,64
		235/51	Запеканка шоколадно-банановая с творогом (творог	160/20	85,39	488,17	22,93	25,60	46,93
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,21	60,00	0,30	0,00	15,20
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	40	2,44	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	550	109,00	709,93	25,69	26,24	95,77
обед 1-4 кл	доп блюдо 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	42	Тыква, тушеная со сметаной	20	10,41	32,40	0,48	2,04	3,24
		78	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе гор	200/20	34,08	139,80	6,20	6,30	6,80
		612/40	Сразы из свинины с луком и яйцом /соус сметанный с том	75/20	57,09	116,70	11,20	12,40	7,20
		188	Отварные макаронные изделия	150	14,01	284,30	4,30	5,90	40,74
		15	Кисель витаминизированный (4)	200	13,36	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной (2)	35	2,14	91,26	2,46	0,64	16,00
		53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	34,4	1,91	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	754	133,00	822,72	27,40	27,92	118,18
обед 5-11 кл	доп блюдо 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	42	Тыква, тушеная со сметаной	20	10,41	32,40	0,48	2,04	3,24
		78	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе гор	250/25	42,60	174,75	7,75	7,88	8,50
		612/40	Сразы из свинины с луком и яйцом /соус сметанный с том	85/30	65,66	129,67	12,44	13,78	8,00
		188	Отварные макаронные изделия	180	16,81	341,16	5,16	7,08	48,90
		15	Кисель витаминизированный (4)	200	13,36	67,00	0,30	0,00	28,20
		57	Хлеб ржаной (2)	40,8	2,49	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,67	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	861	153,00	957,92	31,87	32,28	134,24

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