

## М Е Н Ю

14.09.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

9

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты яйцо гор блюдо сладкое напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	19,67	70,50	0,00	0,00	17,64
		262	Яйцо отварное	40	10,81	63,00	5,10	4,60	0,28
		236/49	Каша молочная ассорти (рис, греча), масло сливочн	230/10	25,22	162,59	4,85	9,20	28,59
		пром	Чоко-пай	30	17,85	51,00	5,20	5,00	6,00
		пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	6,00
	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,41	152,10	4,10	1,07	26,70	
			<b>ИТОГО:</b>	<b>734</b>	<b>95,00</b>	<b>590,19</b>	<b>19,25</b>	<b>19,87</b>	<b>85,21</b>
завтрак 5-11 кл	фрукты бутерброд яйцо гор блюдо сладкое напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	19,67	70,50	0,00	0,00	17,64
		157	Масло сливочное для бутербродов	10	10,97	58,00	0,10	6,40	0,10
		262	Яйцо отварное	40	10,81	63,00	5,10	4,60	0,28
		236/49	Каша молочная ассорти (рис, греча), масло сливочн	270/10	27,70	203,24	8,06	11,50	39,10
		пром	Чоко-пай	30	17,85	51,00	5,20	5,00	6,00
	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	6,00	
	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	61	2,96	152,10	4,10	1,07	26,70	
			<b>ИТОГО:</b>	<b>795</b>	<b>109,00</b>	<b>688,84</b>	<b>22,56</b>	<b>28,57</b>	<b>95,82</b>
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	109	Салат из свежей капусты	60	4,13	48,60	0,78	2,70	5,00
		76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	23,77	153,04	5,98	6,43	26,46
		602	Мясо тушеное (свинина)	45/45	57,49	138,00	11,85	13,80	3,80
		274/233	Булгур /овощи припущенные (овощная смесь)	130/30	33,02	198,80	3,70	3,40	25,10
		28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,99	102,00	0,20	0,10	25,00
	57	Хлеб ржаной	36	1,90	91,26	2,46	0,64	16,00	
	53	Булка Сухоложская витаминизированная	35	1,70	91,26	2,46	0,64	16,00	
			<b>ИТОГО:</b>	<b>801</b>	<b>133,00</b>	<b>822,96</b>	<b>27,43</b>	<b>27,71</b>	<b>117,36</b>
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	109	Салат из свежей капусты	100	6,88	81,00	1,30	4,50	8,33
		76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	29,33	181,30	7,50	8,04	29,08
		602	Мясо тушеное (свинина)	50/50	63,88	164,30	13,17	11,40	4,22
		274/233	Булгур /овощи припущенные (овощная смесь)	150/35	38,27	218,60	4,44	4,08	30,12
		28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,99	102,00	0,20	0,10	25,00
	57	Хлеб ржаной	41	2,20	121,68	3,28	0,86	21,40	
	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,45	91,26	2,46	0,64	16,00	
			<b>ИТОГО:</b>	<b>926</b>	<b>153,00</b>	<b>960,14</b>	<b>32,35</b>	<b>29,62</b>	<b>134,15</b>