

МЕНЮ

10.11.2021

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 3						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	15,17	70,5	0	0	17,64
	закуска	233	Овощи припущенные	30	10,64	20,4	0,75	1,05	1,86
	гор блюдо	197	Омлет с картофелем запеченный	150	30,12	198,6	10,9	5,6	12,7
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	10	7,95	58,2	0,1	6,4	0,12
	напиток	10	Витаминизированное какао "Витошка"	200	13,59	145	3,9	3,1	25,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,53	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	570	79,00	728,96	22,01	19,89	98,72
дополнител 1-4 кл	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	14,28	91	0	0	24
			ИТОГО:	200	14,28	91	0	0	24
обед 1-4 кл	закуска	195	Свекла отварная	20	3,07	12,9	0,3	0,46	1,7
	1 блюдо	95	Суп - пюре из картофеля и кабачков	200	21,84	104	1,68	3,28	6,5
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,60	73,04	2,38	0,59	13,9
	2 блюдо	317	Фрикадельки из филе куриного в красном соусе	60/30	31,33	128,3	7,7	16,3	8,2
	гарнир	189	Каша рассыпчатая гречневая	150	15,77	242	8,2	5,4	35,9
	напиток	1	Чай с сахаром	200	2,11	53	0,2	0	13,7
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,76	91,26	2,46	0,64	16
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	1,52	121,68	3,28	0,86	21,4
			ИТОГО:	750	79,00	826,18	26,2	27,53	117,3