

М Е Н Ю

10.10.2023

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	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	18,65	70,50	0,00	0,00	17,64
		270/51	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/20	66,89	303,10	13,20	15,90	34,60
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,01	138,70	4,10	3,30	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,45	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:		545	95,00	603,56	19,76	19,84
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	18,65	70,50	0,00	0,00	17,64
		270/51	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	160/20	80,10	349,70	15,23	18,35	39,90
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,01	138,70	4,10	3,30	15,63
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	46	2,24	121,68	3,28	0,86	21,40
			ИТОГО:		591	109,00	680,58	22,61	22,51
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	108	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы конс, мас	60	8,06	87,60	0,60	8,00	3,00
		70	Куриный суп с макаронами	200	19,68	139,30	6,58	5,47	21,02
		315/33	Суфле из куриного филе / соус молоч с морк и шпин	80/20	53,94	100,10	10,90	11,20	3,80
		187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные (овощная	130/20	28,71	192,00	3,15	1,53	28,42
		пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
		57	Хлеб ржаной	40	2,12	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,45	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:		780	133,00	822,94	26,97	27,70	117,64	
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	108	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы конс, мас	100	13,43	146,00	1,00	11,30	5,00
		70	Куриный суп с макаронами	250	24,60	174,13	8,23	6,84	26,30
		315/33	Суфле из куриного филе / соус молоч с морк и шпин	80/40	56,00	111,20	12,10	12,40	4,22
		187/233	Пюре картофельное / овощи припущенные (овощная	150/30	36,02	210,40	3,78	1,80	32,10
		пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
		57	Хлеб ржаной	38	2,02	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	39	1,89	121,68	3,28	0,86	21,40
	ИТОГО:		927	153,00	976,09	31,67	34,06	134,42	