

М Е Н Ю

11.01.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 2

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	13,15	70,50	0,00	0,00	17,64
		276/51	Запеканка творожная с тыквой/сгущенное молоко	130/20	62,48	281,10	13,20	15,84	26,40
		10	Витаминизированное какао	200	17,73	145,00	3,90	3,10	25,20
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,64	91,26	2,46	0,64	16,00
		ИТОГО:			510,00	95,00	587,86	19,56	19,58
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	18,00	70,50	0,00	0,00	17,64
		276/51	Запеканка творожная с тыквой/сгущенное молоко	150/20	71,62	384,20	16,30	19,95	36,92
		10	Витаминизированное какао	200	17,73	145,00	3,90	3,10	25,20
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	31	1,65	91,26	2,46	0,64	16,00
		ИТОГО:			579,00	109,00	690,96	22,66	23,69
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток сладкое хлеб хлеб	116	Салат из квашеной капусты	60	14,43	28,60	0,90	1,70	2,50
		169	Суп рыбный с рисом и яйцом (минтай)	250/20	31,18	175,30	7,90	9,34	18,00
		399	Азу (картоф, свинина, лук, огурц конс, том паста)	230	67,12	290,70	11,95	16,20	30,63
		27	Напиток мандариновый с ягодами	200	9,31	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Конфета	25	7,14	23,30	0,30	1,80	5,60
		57	Хлеб ржаной	38	2,20	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,62	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:			853	133,00	832,84	26,99	30,64	119,13	
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток сладкое хлеб хлеб	116	Салат из квашеной капусты	100	24,05	47,70	1,50	2,83	4,17
		169	Суп рыбный с рисом и яйцом (минтай)	250/20	31,18	175,30	7,90	9,34	18,00
		399	Азу (картоф, свинина, лук, огурц конс, том паста)	260	76,96	387,60	15,93	21,60	40,84
		27	Напиток мандариновый с ягодами	200	9,31	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Конфета	25	7,14	23,30	0,30	1,80	5,60
		57	Хлеб ржаной	40	2,35	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	37	2,01	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:			928	153,00	979,26	32,39	37,39	136,41	