

М Е Н Ю

15.01.2025

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 8						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,52	30,00	2,60	2,70	0,00
	доп блюдо	пром	Творожок в индивидуальной упаковке	100	49,98	97,00	9,00	5,00	4,00
	гор блюдо	206/49	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено)/ масло сливочное	180/5	22,34	239,30	3,80	8,20	43,20
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка") (4)	200	19,68	105,00	3,90	3,10	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	44,2	2,48	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				539	108,00	592,98	22,58	19,86	83,80
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	15	20,27	45,00	3,90	4,05	0,00
	доп блюдо	пром	Творожок в индивидуальной упаковке	100	49,98	97,00	9,00	5,00	4,00
	гор блюдо	206/49	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено)/ масло сливочное	230/8	32,53	316,49	5,03	10,85	57,14
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка") (4)	200	19,68	105,00	3,90	3,10	15,20
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	45,4	2,54	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:				598	125,00	685,17	25,11	23,86	97,74
обед 1-4 кл	закуска	120	Салат из отварной свеклы с растит маслом и чесноком	60	10,62	72,60	0,84	5,34	4,86
	1 блюдо	70	Куриный суп с макаронами	200	24,98	132,30	5,90	7,47	18,60
	2 блюдо	173/33	Биточки куриные "Новые" / соус молочный с морковью и ц	75/25	64,13	122,30	9,10	7,20	6,80
	гарнир	187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов	130/20	35,27	181,30	5,40	6,20	25,30
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	11,27	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	45	2,77	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	35	1,96	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:			790	151,00	823,44	27,18	27,81	117,96
обед 5-11 кл	закуска	120	Салат из отварной свеклы с растит маслом и чесноком	100	17,70	121,00	1,40	8,90	8,10
	1 блюдо	70	Куриный суп с макаронами	250	31,22	165,38	7,38	9,34	23,25
	2 блюдо	173/33	Биточки куриные "Новые" / соус молочный с морковью и ц	80/30	68,91	135,89	10,11	8,00	7,56
	гарнир	187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов	160/20	41,40	217,56	6,48	7,44	30,36
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	11,27	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	43,1	2,65	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	33	1,85	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:			916	175,00	954,77	31,31	35,28	131,67

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1