

## М Е Н Ю

18.10.2022

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	14,28	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" , сгущенное молоко	130/20	76,39	373,10	17,20	19,10	36,40
		1	Чай с сахаром	200,00	2,63	53,00	0,20	0,00	13,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30,00	1,70	91,26	2,46	0,64	16,00
		<b>ИТОГО:</b>			<b>530,00</b>	<b>95,00</b>	<b>587,86</b>	<b>19,86</b>	<b>19,74</b>
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	14,28	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" , сгущенное молоко	160/20	89,79	422,85	19,50	21,60	41,25
		1	Чай с сахаром	200,00	2,63	53,00	0,20	0,00	13,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40,00	2,30	121,68	3,28	0,86	21,40
		<b>ИТОГО:</b>			<b>590,00</b>	<b>109,00</b>	<b>668,03</b>	<b>22,98</b>	<b>22,46</b>
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195	Свекла отварная	25	3,35	12,90	0,30	0,46	1,70
		78	Уха (картоф, сайра консервир, лук, морк,масло раст	200/30	34,87	199,44	5,58	5,47	28,02
		269	Бигус(капуста белокочанн, свинина, морк, лук)	160	45,01	223,17	12,00	19,30	13,68
		5	Компот из свежих яблок	200	5,11	61,00	0,10	0,10	15,41
		57	Хлеб ржаной	60	3,84	182,52	4,92	1,28	32,08
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	49	2,82	152,10	4,10	1,07	26,70
		<b>ИТОГО:</b>			<b>724</b>	<b>95,00</b>	<b>831,13</b>	<b>27,00</b>	<b>27,68</b>
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195	Свекла отварная	20	2,68	12,90	0,30	0,46	1,70
		78	Уха (картоф, сайра консервир, лук, морк,масло раст	250/40	43,58	249,30	7,00	6,84	35,03
		269	Бигус(капуста белокочанн, свинина, морк, лук)	200	50,92	297,56	16,00	25,70	18,24
		5	Компот из свежих яблок	200	5,11	61,00	0,10	0,10	15,41
		57	Хлеб ржаной	60	3,84	182,52	4,92	1,28	32,08
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,87	152,10	4,10	1,07	26,70
		<b>ИТОГО:</b>			<b>820</b>	<b>109,00</b>	<b>955,38</b>	<b>32,42</b>	<b>35,45</b>