

М Е Н Ю

21.09.2022

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	35,00	2,60	2,70	0,00
		271	Кабачки тушеные (кабач, морк, лук, том паста, масл	55,00	16,76	27,00	0,40	1,70	2,70
	гор блюдо	619	Карбонара с курицей и сырным соусом (макароны, филе куриное, лук репч, молоко, сыр, масло сливочн	180,00	49,65	204,50	7,35	11,68	33,74
		16	Кофейный напиток с молоком	200,00	14,71	138,70	4,10	3,30	15,63
	напиток	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	61,00	3,51	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	506,00	95,00	587,72	19,37	20,66	84,15
завтрак 5-11 кл	бутерброд	89	Сыр (порциями)	10,00	10,37	35,00	2,60	2,70	0,00
		271	Кабачки тушеные (кабач, морк, лук, том паста, масл	55,00	16,76	27,00	0,40	1,70	2,70
	подгарниров гор блюдо	619	Карбонара с курицей и сырным соусом (макароны, филе куриное, лук репч, молоко, сыр, масло сливочн	230,00	63,44	291,30	9,39	14,90	43,10
		16	Кофейный напиток с молоком	200,00	14,71	138,70	4,10	3,30	15,63
	напиток	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	64,00	3,72	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	559,00	109,00	674,52	21,41	23,88	93,51
обед 1-4 кл	подгарниров	195	Морковь отварная	20	2,83	11,40	0,26	0,47	1,33
		69	Суп картофельный с бобовыми	200	14,79	197,04	6,80	4,63	20,20
	1 блюдо	414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соус	70/20	41,09	285,40	12,50	20,15	38,30
		219/233	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	120/30	30,13	142,00	3,15	1,53	21,42
	напиток	2	Чай с лимоном	200/5	3,87	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	19	1,19	60,84	1,64	0,43	10,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	19	1,10	60,84	1,64	0,43	10,70
				ИТОГО:	703	95,00	817,52	26,29	27,64
обед 5-11 кл	подгарниров	195	Морковь отварная	20	2,83	11,40	0,26	0,47	1,33
		69	Суп картофельный с бобовыми	250	18,49	246,30	8,50	5,80	25,25
	1 блюдо	414	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочн соус	70/40	43,04	317,10	13,90	22,39	42,55
		219/233	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	150/30	37,67	166,00	4,60	2,70	23,50
	напиток	2	Чай с лимоном	200/5	3,87	60,00	0,30	0,00	15,20
		57	Хлеб ржаной	31	1,94	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	20	1,16	60,84	1,64	0,43	10,70
				ИТОГО:	816	109,00	952,90	31,66	32,43