

## М Е Н Ю

19.09.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 6

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд гор блюдо	89	Сыр (порциями)	10	10,37	30,00	2,60	2,70	0,00
		617/33	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная кап, яйцо, масло раст) / соус молочн с морков и шпинат	80/25	46,96	102,30	8,70	5,70	5,10
	гор блюдо напиток сладкое хлеб	191	Рис припущенн с овощами (рис, морк, лук, масло сливоч)	150	15,23	272,00	3,60	11,60	38,00
		15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
		пром 53	Конфета Булка Сухоложская Витаминизированная	25 53	7,44 3,07	23,20 152,10	0,30 4,10	1,80 1,07	5,60 26,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>543,00</b>	<b>95,00</b>	<b>646,60</b>	<b>19,60</b>	<b>22,87</b>	<b>103,60</b>
завтрак 5-11 кл	бутерброд гор блюдо	89	Сыр (порциями)	15	15,55	45,00	3,90	4,05	0,00
		617/33	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная кап, яйцо, масло раст) / соус молочн с морков и шпинат	90/35	53,53	113,70	9,70	6,33	5,66
	гор блюдо напиток сладкое хлеб	191	Рис припущенн с овощами (рис, морк, лук, масло сливоч)	180	18,28	302,20	4,32	13,92	45,60
		15	Кисель	200	11,93	67,00	0,30	0,00	28,20
		пром 53	Конфета Булка Сухоложская Витаминизированная	25 39	7,44 2,27	23,20 121,68	0,30 3,28	1,80 0,86	5,60 21,40
<b>ИТОГО:</b>				<b>584,00</b>	<b>109,00</b>	<b>672,78</b>	<b>21,80</b>	<b>26,96</b>	<b>106,46</b>
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо	127	Огурцы консервированные	30	3,98	2,00	0,13	0,00	0,33
		54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	21,23	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо напиток хлеб хлеб	360	Греча по-купечески (греча, свин, морк, лук, масло сливоч)	180	53,76	346,70	16,30	21,40	33,30
		28	Напиток из свежзамороженных плодов и ягод	200	10,92	102,00	0,20	0,10	25,00
		57 53	Хлеб ржаной Булка Сухоложская Витаминизированная	53 30	3,37 1,74	152,10 91,26	4,10 2,46	1,07 0,64	26,70 16,00
<b>ИТОГО:</b>				<b>748</b>	<b>95,00</b>	<b>822,56</b>	<b>27,24</b>	<b>27,61</b>	<b>117,33</b>
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо	127	Огурцы консервированные	35	4,64	2,50	0,13	0,00	0,41
		54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	21,23	128,50	4,05	4,40	16,00
	2 блюдо напиток хлеб хлеб	360	Греча по-купечески (греча, свин, морк, лук, масло сливоч)	220	65,70	462,27	21,73	28,53	44,40
		28	Напиток из свежзамороженных плодов и ягод	200	10,92	102,00	0,20	0,10	25,00
		56 53	Хлеб ржаной Булка Сухоложская Витаминизированная	56 50	3,61 2,90	152,10 152,10	4,10 4,10	1,07 1,07	26,70 26,70
<b>ИТОГО:</b>				<b>820</b>	<b>109,00</b>	<b>999,47</b>	<b>34,31</b>	<b>35,17</b>	<b>139,21</b>