

М Е Н Ю

23.10.2024

Приятного аппетита!

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

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,83	30,00	2,60	2,70	0,00
	доп блюдо	262	Яйцо отварное	40	14,31	63,00	5,10	4,60	0,28
	гор блюдо	206/49	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено), масло сливочное	220/5	23,48	269,30	3,80	5,10	47,70
	напиток	пром	Коктейль молочный (4)	200	40,46	73,20	5,80	6,40	9,10
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	52,5	2,92	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				528	95,00	587,60	21,40	19,87	83,78
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	15	20,74	45,00	3,90	4,05	0,00
	доп блюдо	262	Яйцо отварное	40	14,31	63,00	5,10	4,60	0,28
	гор блюдо	206/49	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено), масло сливочное	260/8	30,90	336,63	4,75	6,38	59,63
	напиток	пром	Коктейль молочный (4)	200	40,46	73,20	5,80	6,40	9,10
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	46,6	2,59	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				570	109,00	669,93	23,65	22,50	95,71
обед 1-4 кл	закуска	108	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные)	70	12,52	87,60	0,60	8,00	3,00
	1 блюдо	70	Суп с макаронами и мясом (макаронные изделия, мясо)	200	26,25	132,30	7,90	5,47	18,60
	2 блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый, морковь)	210	72,08	225,80	11,40	10,80	25,65
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	11,43	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп блюдо	пром	Вафли	25	6,25	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	45	2,75	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30,9	1,72	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				781	133,00	822,64	27,30	27,78	119,45
обед 5-11 кл	закуска	108	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные)	100	17,88	146,00	1,00	13,30	5,00
	1 блюдо	70	Суп с макаронами и мясом (макаронные изделия, мясо)	250	32,81	165,38	9,88	6,84	23,25
	2 блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый, морковь)	230	78,94	250,89	12,70	12,00	28,50
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	11,43	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп блюдо	пром	Вафли	25	6,25	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	59	3,61	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	37,3	2,08	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				901	153,00	969,63	31,80	35,86	134,25

1. Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2. Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
3. Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
4. Напиток промышленного производства, обогащенный кальцием.