

М Е Н Ю

06.03.2025

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ 4

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты доп блюдо гор блюдо напиток хлеб	161 89 177/49 пром 53	Яблоки	1 шт	22,85	70,5	0	0	17,64
			Сыр (порциями)	10	13,99	30,00	2,60	2,70	0,00
			Каша молочная "Пять злаков" / масло сливочное	200/7	28,36	234,32	8,20	12,10	30,83
			Коктейль молочный (4)	200	40,46	131,40	5,40	4,20	18,00
			Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	41,5	2,34	121,68	3,28	0,86	21,40
			ИТОГО:	619	108,00	587,90	19,48	19,86	87,87
завтрак 5-11 кл	фрукты доп блюдо гор блюдо напиток хлеб	161 89 177/49 пром 53	Яблоки	1 шт	22,85	70,50	0,00	0,00	17,64
			Сыр (порциями)	15	20,99	45,00	3,90	4,05	0,00
			Каша молочная "Пять злаков" / масло сливочное	250/10	37,83	309,91	10,85	16,00	40,78
			Коктейль молочный (4)	200	40,46	131,40	5,40	4,20	18,00
			Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50,8	2,87	121,68	3,28	0,86	21,40
			ИТОГО:	686	125,00	678,49	23,43	25,11	97,82
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	120 63/81 387/31 207 28 57 53	Салат из отварной моркови с растительным маслом	60	9,46	61,00	0,70	3,60	6,10
			Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	200/5	25,82	121,30	5,55	5,70	13,10
			Фрикадельки припущенные (свинина) / соус красный осно	85/40	67,53	113,90	9,65	10,40	5,40
			Картофель в молоке	160	31,90	184,60	4,30	5,30	25,70
			Напиток из ягодной смеси	200	11,59	102,00	0,20	0,10	25,00
			Хлеб ржаной (2)	40	2,48	121,68	3,28	0,86	21,40
Булка Сухоложская витаминизированная (1)	39,4	2,22	121,68	3,28	0,86	21,40			
ИТОГО:	829	151,00	826,16	26,96	26,82	118,10			
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	120 63/81 387/31 207 28 57 53	Салат из отварной моркови с растительным маслом	110	17,35	101,67	1,17	6,00	10,17
			Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	250/5	31,81	150,89	6,90	7,09	16,30
			Фрикадельки припущенные (свинина) / соус красный осно	90/30	71,02	126,56	10,72	11,56	6,00
			Картофель в молоке	190	37,88	221,52	5,16	6,36	30,84
			Напиток из ягодной смеси	200	11,59	102,00	0,20	0,10	25,00
			Хлеб ржаной (2)	50	3,10	152,10	4,10	1,07	26,70
Булка Сухоложская витаминизированная (1)	39,8	2,25	121,68	3,28	0,86	21,40			
ИТОГО:	965	175,00	976,42	31,53	33,04	136,41			

- 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.