

## М Е Н Ю

08.12.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

10

| Прием пищи         | Раздел   | № рецепт | Наименование блюд                                   | Выход      | Цена          | Ккал          | Б            | Ж            | У             |
|--------------------|--|----------|---|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак<br>1-4 кл  | бутерброд<br>гор блюдо<br>гор блюдо<br>напиток<br>хлеб   | 43       | Паста шоколадная для бутербродов                    | 10         | 11,37         | 40,00         | 0,36         | 5,80         | 2,27          |
|                    |  | 617/37   | Котлета из рыбы "Морское чудо" / соус молочный      | 60/35      | 39,93         | 115,30        | 9,30         | 5,10         | 8,90          |
|                    |  | 187      | Пюре картофельное                                   | 150        | 22,64         | 189,00        | 3,30         | 4,80         | 20,60         |
|                    |  | 10       | Витаминизированное какао                            | 200        | 18,49         | 145,00        | 3,90         | 3,10         | 25,20         |
|                    |  | 53       | Булка Сухоложская Витаминизированная                | 47         | 2,57          | 152,10        | 4,10         | 1,07         | 26,70         |
| <b>ИТОГО:</b>      |  |          |   | <b>502</b> | <b>95,00</b>  | <b>641,40</b> | <b>20,96</b> | <b>19,87</b> | <b>83,67</b>  |
| завтрак<br>5-11 кл | бутерброд<br>гор блюдо<br>гор блюдо<br>напиток<br>хлеб   | 43       | Паста шоколадная для бутербродов                    | 13         | 14,79         | 60,00         | 0,54         | 8,70         | 3,40          |
|                    |  | 617/37   | Котлета из рыбы "Морское чудо" / соус молочный      | 70/30      | 45,45         | 128,11        | 10,33        | 5,70         | 9,90          |
|                    |  | 187      | Пюре картофельное                                   | 180        | 27,17         | 226,80        | 3,96         | 5,76         | 24,72         |
|                    |  | 10       | Витаминизированное какао                            | 200        | 18,49         | 145,00        | 3,90         | 3,10         | 25,20         |
|                    |  | 53       | Булка Сухоложская Витаминизированная                | 57         | 3,10          | 182,52        | 4,92         | 1,28         | 32,08         |
| <b>ИТОГО:</b>      |  |          |   | <b>550</b> | <b>109,00</b> | <b>742,43</b> | <b>23,65</b> | <b>24,54</b> | <b>95,30</b>  |
| обед<br>1-4 кл     | закуска<br>1 блюдо<br>2 блюдо<br>напиток<br>хлеб<br>хлеб | 142      | Салат из отварной моркови с яблоками и растительн   | 60         | 8,97          | 48,00         | 0,60         | 4,00         | 3,90          |
|                    |  | 69       | Суп картофельный с бобовыми                         | 200        | 14,24         | 114,40        | 4,60         | 5,44         | 10,80         |
|                    |  | 601      | Плов (рис, говядина, морковь, лук репчатый, растите | 200        | 85,22         | 330,87        | 14,20        | 16,50        | 30,30         |
|                    |  | пром     | Сок фруктовый в потребительской упаковке            | 200        | 19,04         | 91,00         | 0,00         | 0,00         | 24,00         |
|                    |  | 57       | Хлеб ржаной   | 52         | 3,06          | 152,10        | 4,10         | 1,07         | 26,70         |
|                    |  | 53       | Булка Сухоложская Витаминизированная                | 45         | 2,47          | 121,68        | 3,28         | 0,86         | 21,40         |
| <b>ИТОГО:</b>      |  |          |   | <b>757</b> | <b>133,00</b> | <b>858,05</b> | <b>26,78</b> | <b>27,87</b> | <b>117,10</b> |
| обед<br>5-11 кл    | закуска<br>1 блюдо<br>2 блюдо<br>напиток<br>хлеб<br>хлеб | 142      | Салат из отварной моркови с яблоками и растительн   | 110        | 16,45         | 80,00         | 1,00         | 6,70         | 6,50          |
|                    |  | 69       | Суп картофельный с бобовыми                         | 250        | 17,80         | 143,00        | 5,75         | 6,80         | 13,50         |
|                    |  | 601      | Плов (рис, говядина, морковь, лук репчатый, растите | 220        | 93,74         | 363,96        | 15,62        | 18,15        | 33,33         |
|                    |  | пром     | Сок фруктовый в потребительской упаковке            | 200        | 19,04         | 91,00         | 0,00         | 0,00         | 24,00         |
|                    |  | 57       | Хлеб ржаной   | 53         | 3,11          | 152,10        | 4,10         | 1,07         | 26,70         |
|                    |  | 53       | Булка Сухоложская Витаминизированная                | 52         | 2,86          | 152,10        | 4,10         | 1,07         | 26,70         |
| <b>ИТОГО:</b>      |  |          |   | <b>885</b> | <b>153,00</b> | <b>982,16</b> | <b>30,57</b> | <b>33,79</b> | <b>130,73</b> |