

М Е Н Ю

23.12.2024

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	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	14,69	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32/249	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина)/соус томатный/ каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	70/20/140	73,60	352,00	12,40	16,00	44,10
	напиток	1	Чай зеленый с сахаром	200	4,15	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	2,56	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				500	95,00	587,10	19,30	19,77	84,50
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	16	23,50	60,00	5,20	5,40	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/30	58,59	166,10	9,56	10,44	12,52
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	19,81	249,12	4,56	7,92	42,84
	напиток	1	Чай зеленый с сахаром	200	4,15	53,00	0,20	0,00	13,70
хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	52,7	2,95	152,10	4,10	1,07	26,70	
ИТОГО:				549	109,00	680,32	23,62	24,83	95,76
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,98	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	200	18,11	101,90	4,60	5,44	7,80
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	200	70,23	315,87	15,80	20,50	28,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	51,5	3,17	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,68	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				827	133,00	822,63	26,96	27,65	120,44
обед 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,98	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	250	22,64	127,38	5,75	6,80	9,75
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	245	86,03	421,16	21,07	27,33	40,73
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	48	2,95	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	28	1,57	91,26	2,46	0,64	16,00
ИТОГО:				916	153,00	953,40	33,38	35,84	134,82

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)

2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)

3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.