

## М Е Н Ю

05.04.2022

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	13,92	70,5	0	0	17,64
		258/51	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/20	56,27	365,71	16,7	19,18	35,4
		15	Кисель витаминизированный	200	13,99	67	0,3	0	28,2
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,82	91,26	2,46	0,64	16
		<b>ИТОГО:</b>			510	<b>86,00</b>	594,47	19,46	19,82
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	13,92	70,5	0	0	17,64
		258/51	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	150/30	69,27	468,45	21,8	25,04	43,7
		15	Кисель витаминизированный	200	13,99	67	0,3	0	28,2
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,82	91,26	2,46	0,64	16
		<b>ИТОГО:</b>			540	<b>99,00</b>	697,21	24,56	25,68
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195	Свекла отварная	20	4,00	12,9	0,3	0,46	1,7
		102/77	Суп-пюре из тыквы, гренки	200/20	27,90	193,04	5,98	6,43	26,46
		619	Карбонара с курицей и сырным соусом	160	40,57	281,8	13,41	18,8	25,87
		5	Компот из свежих яблок	200	7,16	61	0,1	0,1	15,41
		57	Хлеб ржаной	50	3,34	152,1	4,1	1,07	26,7
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,03	152,1	4,1	1,07	26,7
<b>ИТОГО:</b>			700	<b>86,00</b>	822,5	27,19	27,74	117,54	
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	195	Свекла отварная	20	4,00	12,88	0,32	0,48	1,7
		102/77	Суп-пюре из тыквы, гренки	250/20	34,26	145	6,9	4,4	18,13
		619	Карбонара с курицей и сырным соусом	200	46,54	313,2	15	21	28,8
		5	Компот из свежих яблок	200	7,16	61	0,1	0,1	15,41
		57	Хлеб ржаной	60	4,01	182,52	4,92	1,28	32,08
		53	Булка Сухоложская витаминизированная	50	3,03	152,1	4,1	1,07	26,7
<b>ИТОГО:</b>			800	<b>99,00</b>	866,7	31,34	28,33	122,82	