

М Е Н Ю

21.10.2024

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	13,83	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/30	60,92	145,00	8,60	9,40	8,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	150	14,58	207,60	3,80	6,60	35,70
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,92	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	49,5	2,75	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				510	95,00	587,70	19,30	19,77	84,50
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	18	24,89	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина), соус томат	70/30	60,92	177,20	10,51	11,49	10,27
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	17,50	249,12	4,56	7,92	42,84
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,92	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	49,8	2,77	152,10	4,10	1,07	26,70
ИТОГО:				548	109,00	676,42	23,27	24,53	93,51
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,59	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	200	16,57	101,90	4,60	5,44	7,80
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	210	72,87	315,87	15,80	20,50	28,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	50,2	3,07	152,10	4,10	1,07	26,70
обед 5-11 кл	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,67	91,26	2,46	0,64	16,00
	ИТОГО:			832	133,00	822,63	26,96	27,65	120,44
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	18,59	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	69	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, м	250	20,71	127,40	5,75	6,80	9,75
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное	255	88,48	421,16	21,07	27,33	35,38
обед 5-11 кл	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,23	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	47,9	2,93	152,10	4,10	1,07	26,70
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	37	2,06	121,68	3,28	0,86	21,40
	ИТОГО:			932	153,00	983,84	34,20	36,06	134,87

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.