

М Е Н Ю

18.04.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 7

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	11,03	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра", гущенное молоко	130/20	79,95	373,10	17,20	19,10	36,40
		1	Чай с сахаром	200,00	2,46	53,00	0,20	0,00	13,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	31,00	1,56	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	500,00	95,00	587,86	19,86	19,74	83,74
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	13,71	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра", гущенное молоко	150/20	90,77	422,85	19,50	21,60	41,25
		1	Чай с сахаром	200,00	2,46	53,00	0,20	0,00	13,70
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	41,00	2,06	121,68	3,28	0,86	21,40
			ИТОГО:	550,00	109,00	668,03	22,98	22,46	93,99
обед 1-4 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток сладкое хлеб хлеб	233	Овощи припущенные (овощная смесь)	30	12,59	17,40	0,66	0,12	3,30
		78	Уха (картоф, сайра консервир, лук, морк,масло раст)	200/20	30,83	159,44	5,58	5,47	12,02
		318	Бефстроганов (куриное филе, сметана, лук репч, ма	50/50	54,71	100,10	9,30	12,60	3,80
		188	Отварные макаронные изделия	160	13,41	209,10	5,30	6,10	30,40
		28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,78	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Конфета	25	6,84	23,20	0,30	1,80	5,60
		57	Хлеб ржаной	42	2,33	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,51	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	807	133,00	824,18	27,08	27,69	117,52
обед 5-11 кл	подгарниров 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток сладкое хлеб хлеб	233	Овощи припущенные (овощная смесь)	40	16,78	17,40	0,66	0,12	3,30
		78	Уха (картоф, сайра консервир, лук, морк,масло раст)	250/25	38,53	249,30	7,00	6,84	35,03
		318	Бефстроганов (куриное филе, сметана, лук репч, ма	55/55	60,18	111,22	10,33	14,00	4,22
		188	Отварные макаронные изделия	180	15,09	250,92	6,36	7,30	36,48
		28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	10,78	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Конфета	25	6,84	23,20	0,30	1,80	5,60
		57	Хлеб ржаной	46	2,53	121,68	3,28	0,86	21,40
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	45	2,27	121,68	3,28	0,86	21,40
			ИТОГО:	921	153,00	997,40	31,41	31,88	152,43