

М Е Н Ю

07.02.2025

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №			ДЕНЬ 5						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	614/187/233	Суфле из горбуши с овощами и рисом /	80/130/20	90,86	318,17	13,70	16,80	34,10
	напиток	2	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов	200/10	7,62	53,00	0,20	0,00	13,70
	доп блюдо	пром	Чай черный байховый с ягодами	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	53	Вафли	50,2	2,83	152,10	4,10	1,07	26,70
			Булка Сухоложская Витаминизированная (1)						
ИТОГО:				515	108,00	585,27	19,46	19,78	84,30
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	614/187/233	Суфле из горбуши с овощами и рисом /	90/160/30	107,78	376,02	16,19	19,85	40,30
	напиток	2	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов	200/10	7,62	53,00	0,20	0,00	13,70
	доп блюдо	пром	Чай черный байховый с ягодами	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	53	Вафли	51,6	2,91	182,52	4,92	1,28	32,08
			Булка Сухоложская Витаминизированная (1)						
ИТОГО:				567	125,00	673,54	22,77	23,04	95,88
обед 1-4 кл	закуска	116	Салат из квашеной капусты	60	12,25	48,60	0,78	2,70	4,98
	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (мдж	200/5	25,77	138,50	6,97	8,70	13,80
	2 блюдо	168/31	Шницель (говядина, свинина) соус красный основно	85/50	71,44	126,80	10,60	8,30	5,70
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	16,64	235,80	3,90	6,80	37,40
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	33,8	2,09	91,26	2,46	0,64	16,00
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	35	1,98	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	819	151,00	823,22	27,17	27,78	117,88
обед 5-11 кл	закуска	116	Салат из квашеной капусты	110	22,46	81,00	1,30	4,50	8,30
	1 блюдо	99/81	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (мдж	250/5	31,75	172,28	8,67	10,82	17,17
	2 блюдо	168/31	Шницель (говядина, свинина) соус красный основно	90/50	75,52	140,89	11,78	9,22	6,33
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	19,97	282,96	4,68	8,16	44,88
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	57	Хлеб ржаной (2)	44,9	2,78	121,68	3,28	0,86	21,40
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	1,69	91,26	2,46	0,64	16,00
			ИТОГО:	960	175,00	981,07	32,17	34,20	138,08

1.Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления блюд используется йодированная соль.