

М Е Н Ю

14.03.2023

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	калор	Б	Ж	У	
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	15,21	70,50	0,00	0,00	17,64	
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" , сгущенное молоко	130/20	75,80	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	1,53	91,26	2,46	0,64	16,00	
			ИТОГО:		523,00	95,00	587,86	19,86	19,74	83,74
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	16,07	70,50	0,00	0,00	17,64	
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" , сгущенное молоко	150/25	88,40	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	2,07	121,68	3,28	0,86	21,40	
			ИТОГО:		566,00	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	54,62	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 свежзамороженных 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	44	2,42	121,68	3,28	0,86	21,40	
		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,51	91,26	2,46	0,64	16,00	
			ИТОГО:		809	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
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	60,08	111,22	10,33	14,00	4,22	
188	Отварные макаронные изделия			190	15,93	250,92	6,36	7,30	36,48	
28	Напиток из свежзамороженных 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			39	2,15	121,68	3,28	0,86	21,40	
53	Булка Сухоложская Витаминизированная			38	1,91	121,68	3,28	0,86	21,40	
	ИТОГО:				917	153,00	997,40	31,41	31,88	152,43