

М Е Н Ю

30.11.2023

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

4

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	бутерброд гор блюдо напиток хлеб	43 263/49 пром 53	Паста шоколадная для бутербродов	14	15,92	40,00	0,36	5,80	2,27
			Каша молчн рисов с карамелиз фруктами/масло сли	200/30/5	36,33	223,80	9,48	7,89	37,53
			Коктейль молочный	200	39,27	142,00	5,20	5,00	12,00
			Булка Сухоложская Витаминизированная	64	3,48	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	513	95,00	588,32	19,96	19,97	83,88
завтрак 5-11 кл	бутерброд гор блюдо напиток хлеб	43 263/49 пром 53	Паста шоколадная для бутербродов	20	22,18	60,00	0,54	8,70	3,40
			Каша молчн рисов с карамелиз фруктами/масло сли	250/40/5	44,49	296,18	11,95	9,95	48,32
			Коктейль молочный	200	39,27	142,00	5,20	5,00	12,00
			Булка Сухоложская Витаминизированная	56	3,06	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	571	109,00	680,70	22,61	24,93	95,80
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	136 55/81 173/33 187/279 пром 57 53	Салат из отварной моркови с растительным маслом	60	8,47	61,00	0,70	3,60	6,10
			Суп из овощей / сметана (мдж 15%)	200/5	17,62	118,50	2,55	3,70	16,80
			Биточки рыбные "Новые" /соус молоч с морк и шпин	75/20	54,40	120,65	10,90	7,30	7,26
			Пюре картофельное /цветная капуста припущенная	130/20	28,57	191,30	6,37	12,30	20,30
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
			Хлеб ржаной	41	2,44	121,68	3,28	0,86	21,40
			Булка Сухоложская витаминизированная	45	2,46	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:	796	133,00	825,81	27,08	28,62	117,26			
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	136 55/81 173/33 187/279 пром 57 53	Салат из отварной моркови с растительным маслом	100	14,96	101,70	1,17	6,00	10,17
			Суп из овощей / сметана (мдж 15%)	250/5	21,60	148,13	3,19	4,63	21,00
			Биточки рыбные "Новые" /соус молоч с морк и шпин	75/30	55,48	134,05	12,10	8,11	8,07
			Пюре картофельное /цветная капуста припущенная	150/30	36,06	229,56	7,64	14,76	24,36
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	19,04	91,00	0,00	0,00	24,00
			Хлеб ржаной	60	3,58	182,52	4,92	1,28	32,08
			Булка Сухоложская витаминизированная	42	2,28	121,68	3,28	0,86	21,40
ИТОГО:	942	153,00	1008,64	32,30	35,64	141,08			