

М Е Н Ю

25.09.2024

Приятного аппетита!

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

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | ЭЦ, ккал | Б | Ж | У |
|--------------------|-----------|----------|---|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак 1-4 кл | доп блюдо | 89 | Сыр (порциями) | 10 | 13,48 | 30,00 | 2,60 | 2,70 | 0,00 |
| | доп блюдо | 262 | Яйцо отварное | 40 | 14,31 | 63,00 | 5,10 | 4,60 | 0,28 |
| | гор блюдо | 206/49 | Каша молочная "Дружба" (рис, пшено), масло сливочное | 210/4 | 20,56 | 269,30 | 3,80 | 5,10 | 47,70 |
| | напиток | пром | Коктейль молочный (4) | 200 | 44,03 | 73,20 | 5,80 | 6,40 | 9,10 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная (1) | 47,2 | 2,62 | 152,10 | 4,10 | 1,07 | 26,70 |
| ИТОГО: | | | | 511 | 95,00 | 587,60 | 21,40 | 19,87 | 83,78 |
| завтрак 5-11 кл | доп блюдо | 89 | Сыр (порциями) | 15 | 20,22 | 45,00 | 3,90 | 4,05 | 0,00 |
| | доп блюдо | 262 | Яйцо отварное | 40 | 14,31 | 63,00 | 5,10 | 4,60 | 0,28 |
| | гор блюдо | 206/49 | Каша молочная "Дружба" (рис, пшено), масло сливочное | 250/7 | 27,49 | 336,63 | 4,75 | 6,38 | 59,63 |
| | напиток | пром | Коктейль молочный (4) | 200 | 44,03 | 73,20 | 5,80 | 6,40 | 9,10 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная (1) | 53,2 | 2,95 | 152,10 | 4,10 | 1,07 | 26,70 |
| ИТОГО: | | | | 565 | 109,00 | 669,93 | 23,65 | 22,50 | 95,71 |
| обед 1-4 кл | закуска | 108 | Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные) | 65 | 11,33 | 87,60 | 0,60 | 8,00 | 3,00 |
| | 1 блюдо | 70 | Суп с макаронами и мясом (макаронные изделия, мясо) | 200 | 25,81 | 132,30 | 7,90 | 5,47 | 18,60 |
| | 2 блюдо | 428 | Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый, морковь) | 220 | 74,59 | 225,80 | 11,40 | 10,80 | 25,65 |
| | напиток | 28 | Напиток из ягодной смеси | 200 | 10,79 | 102,00 | 0,20 | 0,10 | 25,00 |
| | доп блюдо | пром | Вафли | 25 | 6,25 | 62,00 | 1,46 | 1,91 | 9,80 |
| | хлеб | 57 | Хлеб ржаной (2) | 42 | 2,56 | 121,68 | 3,28 | 0,86 | 21,40 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская витаминизированная (1) | 30 | 1,67 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| ИТОГО: | | | | 782 | 133,00 | 822,64 | 27,30 | 27,78 | 119,45 |
| обед 5-11 кл | закуска | 108 | Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные) | 100 | 17,43 | 146,00 | 1,00 | 13,30 | 5,00 |
| | 1 блюдо | 70 | Суп с макаронами и мясом (макаронные изделия, мясо) | 250 | 32,27 | 165,38 | 9,88 | 6,84 | 23,25 |
| | 2 блюдо | 428 | Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый, морковь) | 240 | 81,37 | 250,89 | 12,70 | 12,00 | 28,50 |
| | напиток | 28 | Напиток из ягодной смеси | 200 | 10,79 | 102,00 | 0,20 | 0,10 | 25,00 |
| | доп блюдо | пром | Вафли | 25 | 6,25 | 62,00 | 1,46 | 1,91 | 9,80 |
| | хлеб | 57 | Хлеб ржаной (2) | 52,8 | 3,22 | 152,10 | 4,10 | 1,07 | 26,70 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская витаминизированная (1) | 30 | 1,67 | 91,26 | 2,46 | 0,64 | 16,00 |
| ИТОГО: | | | | 898 | 153,00 | 969,63 | 31,80 | 35,86 | 134,25 |

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 всех блюд используется йодированная соль.
4. Напиток промышленного производства, обогащенный кальцием.