

М Е Н Ю

09.12.2021

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	калор	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,99	30	2,6	2,7	0
	гор блюдо	603	Гуляш из филе курицы	45/45	48,57	93,5	5,2	7,1	3,9
	гор блюдо	191	Рис припущенный с овощами	150	11,56	173	3,6	5,6	38
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	7,34	138,7	4,1	3,3	15,63
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,54	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	500	79,00	587,3	19,6	19,77	84,23
завтрак 5-11 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,99	30	2,6	2,7	0
	гор блюдо	603	Гуляш из филе курицы	55/55	58,74	103,9	5,8	7,9	4,3
	гор блюдо	191	Рис припущенный с овощами	180	13,88	207,6	4,32	6,7	45,6
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	7,34	138,7	4,1	3,3	15,63
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,05	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	560	92,00	662,72	21,74	21,88	97,61
обед 1-4 кл	закуска	195	Морковь отварная	50	2,41	28,55	0,66	1,17	3,33
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	200/5	14,35	118,5	2,55	3,7	16,8
	2 блюдо	615	Рагу из мяса кур (филе)	150	45,96	305	14,7	20,7	17
	напиток	15	Кисель витаминизированный	200	10,81	67	0,3	0	28,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,93	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,54	152,1	4,1	1,07	26,7
			ИТОГО:	705	79,00	823,25	26,41	27,71	118,73
обед 5-11 кл	закуска	195	Морковь отварная	60	3,61	34,62	0,8	1,4	4
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	250/5	17,62	145,5	3,15	4,6	21
	2 блюдо	615	Рагу из мяса кур (филе)	200	53,98	406,7	19,6	27,6	22,7
	напиток	15	Кисель витаминизированный	200	10,81	67	0,3	0	28,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,93	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,05	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	825	92,00	988,08	32,87	35,95	134,68
дополнит 1-4 кл	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	14,28	91	0	0	24
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	14,28	91	0	0	24
	напиток	пром	Коктейль молочный 2,5%	200	38,08	142	5,2	5	12
			ИТОГО:	600	66,64	324	5,2	5	60