

День 10

Утверждаю

Директор школы

Меню на 2025

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептур	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	ккал		
Плов с курицей	250	61,01	34,10	9,90	43,30	398,80	НИИ гигиены 2020	54-12м-2020
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	9,90	0,66	0,12	2,28	13,20	Сборник рецептур 2015	70
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептур 2012	125
Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	19,24	1,50	1,40	8,60	52,90	НИИ гигиены 2020	54-6лн-2020
Итого за Завтрак	570,00	96,79	39,06	12,22	74,18	570,50		
ОБЕД								
Картофельное пюре	200	15,32	4,10	7,60	31,60	211,10	НИИ гигиены 2020	54-11г-2020
Суп Полевой	300	6,27	4,86	2,96	13,84	130,00	Сборник рецептур 2004	117, ТТК №8
Курица отварная	120	32,71	34,10	9,90	43,30	398,80	НИИ гигиены 2020	54-12м-2020
Чай черный байховый с сахаром	200	6,02	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2лн-2020
Хлеб ржано-пшеничный пеклеваный	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Итого за Обед	880	64,32	52,16	21,56	143,54	1016,5		
Итого за день	1450,00	161,11	91,22	33,78	217,72	1587,00		