

**МЕНЮ**

29.04.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
2/2011	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	94	1,25	0,45	21,83
289/2010	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50	141	10,30	12,74	5,50
331/2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	207	5,60	4,96	32,30
432/2008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40
к/к/	МАНДАРИН	100	38	0,75		7,50
Итого за ЗАВТРАК - 87-45 руб.		545	587	19,40	19,45	89,53
ОБЕД						
37/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	105	0,80	5,73	18,10
80/2008	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	110	6,69	5,39	8,50
241/2008	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	90	83	10,20	3,20	4,50
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	178	3,10	9,53	20,30
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	115	0,20	0,20	27,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	115	3,20	1,85	20,78
Итого за ОБЕД - 131-17 руб.		790	778	27,39	27,60	113,48
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД						
40/16/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ВЕТЧИНА ВАРЕНАЯ ПОРЦИОННАЯ.	100/20	250	10,15	8,50	27,55
80/2008	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	208	11,20	12,26	19,60
260/2011	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55/45	220	10,08	10,58	17,20
331/2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	254	7,32	6,38	41,63
375/2010	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	160	0,50	0,10	38,10
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
415/2011	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	80	296	5,70	10,50	44,60
Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 218-62 руб.		1 030	1 496	49,75	50,87	208,78

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор