

## МЕНЮ

05.03.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК - 65</b>						
5/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРЕНОЙ	40	105	3,63	6,78	13,36
224/2011	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/30	373	15,60	14,80	49,00
378/2011	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	105	1,52	1,35	25,90
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
<b>Итого за ЗАВТРАК - 65 руб.</b>		<b>490</b>	<b>635</b>	<b>21,19</b>	<b>23,37</b>	<b>99,04</b>
<b>ОБЕД - 114</b>						
56/2008	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	71	2,28	4,86	4,50
101/2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	95	2,00	2,20	15,80
255/2011	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/40	183	12,10	10,80	6,60
181/2008	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145/5	206	3,60	4,60	37,70
442/2008	СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	57	0,70	0,10	13,20
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
к/к/	ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	67	1,50	2,35	13,40
<b>Итого за ОБЕД - 114 руб.</b>		<b>805</b>	<b>823</b>	<b>27,38</b>	<b>27,77</b>	<b>117,59</b>
<b>ОБЕД - 179</b>						
13/2001	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	83	1,60	5,10	7,70
106/2012	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ ОТВАРНОЙ	250/10	258	6,30	8,40	15,70
245/364/2012	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ, СОУС БЕЛЫЙ С ЯЙЦОМ	100	242	19,50	18,90	20,59
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	199	3,44	8,62	26,78
352/2011	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	184	0,10	0,20	57,20
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
777/2008	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	191	8,63	10,67	26,60
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5%	1/100	87	5,00	2,50	8,50
<b>Итого за ОБЕД - 179 руб.</b>		<b>1 105</b>	<b>1 352</b>	<b>49,37</b>	<b>56,94</b>	<b>183,17</b>

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор