

**МЕНЮ**

06.09.2021

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК - 63</b>						
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/5/20	166	8,18	9,20	9,60
189/2008	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	215	7,90	8,10	29,00
432/2008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	43	1,20	0,69	7,80
<b>Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.</b>			<b>583</b>	<b>19,22</b>	<b>19,73</b>	<b>79,58</b>
<b>ОБЕД - 110</b>						
52/209/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, С ЯЙЦОМ ВАРеныМ	60/10	103	3,38	4,90	9,00
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	60	2,37	4,03	4,02
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	240	357	14,10	14,30	49,90
399/2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	141	0,45	0,10	29,79
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	43	1,20	0,69	7,80
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВ.УПАКОВ. 2,5%	1/100	87	5,00	2,50	8,50
<b>Итого за ОБЕД - 110 руб.</b>			<b>827</b>	<b>28,10</b>	<b>27,37</b>	<b>115,71</b>
<b>ОБЕД - 173</b>						
34/213/2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	80/20	137	3,43	8,46	7,80
84/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	108	8,10	7,40	2,20
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	300	578	18,50	19,86	77,20
442/2008	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17
/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	122	4,00	0,50	25,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	115	3,20	1,85	20,78
338/2011	ГРУША СВЕЖАЯ	100	47	0,40	0,30	10,30
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ	100	313	13,38	10,33	46,00
<b>Итого за ОБЕД - 173 руб.</b>			<b>1 512</b>	<b>52,01</b>	<b>48,90</b>	<b>208,85</b>

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор