



МЕНЮ

06.10.2021

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК - 63						
2/2011	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/20	89	1,20	0,45	20,50
286/1996	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	329	15,20	17,83	27,70
430/2008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0,20	0,10	15,00
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
338/2011	АПЕЛЬСИН	100	43	0,93	0,20	8,06
Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.			593	19,53	19,74	84,25
ОБЕД - 110						
1.49/2005	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	54	0,86	3,18	5,28
84/2008	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	77	2,50	4,50	6,43
304/2012	ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ)	240	325	13,20	14,60	33,80
442/2008	СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	115	3,20	1,85	20,78
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВ.УПАКОВ. 2,5%	1/100	87	5,00	2,50	8,50
Итого за ОБЕД - 110 руб.			822	28,96	28,53	107,36
ОБЕД - 173						
52/2008	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	75/25	130	5,30	9,70	5,00
84/2008	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	114	4,00	6,00	8,00
304/2012	ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ)	300	505	17,80	21,60	64,80
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	115	0,20	0,10	28,10
/	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
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВ.УПАКОВ. 2,5%	1/100	87	5,00	2,50	8,50
438/2011	БУЛОЧКА С КОРИЦЕЙ	75	152	3,60	3,00	27,20
Итого за ОБЕД - 173 руб.			1 340	43,10	45,25	187,78

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор