



Директор школы



МЕНЮ

21.09.2021

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК - 63						
5/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРЕНОЙ	20/20	105	3,63	6,78	13,36
206/2010	МАКАРОНЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	313	12,60	12,10	27,56
431/2008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	62	0,30	0,10	15,20
к/к/	БАНАН СВЕЖИЙ	180	95	2,70	0,90	37,80
Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.			575	19,23	19,88	93,92
ОБЕД - 110						
41/2008	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	54	0,72	3,12	5,70
99/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГОВЯДИНОЙ И ГРЕНКАМИ	200/5/10	113	5,12	3,60	16,88
249/2010	РЫБА(ФИЛЕ ТРЕСКИ), ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	201	12,21	9,09	9,89
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	141	3,10	9,50	20,30
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	116	0,50	0,10	28,10
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/	ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	67	1,50	2,35	13,40
Итого за ОБЕД - 110 руб.			771	25,95	29,30	108,77
ОБЕД - 173						
28/15/2011	САЛАТ "ВЕСНА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, СЫР ПОРЦИОННЫЙ	80/20	195	9,10	13,70	3,50
99/73/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГОВЯДИНОЙ И ГРЕНКАМИ	250/10/10	188	9,22	5,22	28,70
454/1996	КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	266	14,38	20,98	16,80
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	169	3,70	6,48	34,40
436/2008	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	105	0,20		25,70
/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	122	4,00	0,50	25,40
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
453/2008	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	214	4,00	1,50	46,40
Итого за ОБЕД - 173 руб.			1 311	45,04	48,82	191,68

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор