



## МЕНЮ

16.11.2021

## 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>						
2/2011	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/20	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
431/2008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	62	0,30	0,10	15,20
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
<b>Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.</b>			<b>556</b>	<b>17,89</b>	<b>18,69</b>	<b>85,61</b>
<b>ОБЕД - 110</b>						
41/2008	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	54	0,72	3,12	5,70
99/73/2008	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	КОМПЛОТ 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
<b>Итого за ОБЕД - 110 руб.</b>			<b>771</b>	<b>25,95</b>	<b>29,30</b>	<b>108,77</b>
<b>ОБЕД - 173</b>						
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	164	3,60	4,27	23,57
679/2013	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	171	0,45	0,10	39,59
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	108	4,80	2,55	20,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	115	3,20	1,85	20,78
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
453/2008	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	224	4,05	1,50	46,35
<b>Итого за ОБЕД - 173 руб.</b>			<b>1 483</b>	<b>49,24</b>	<b>50,61</b>	<b>210,17</b>

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор