



МЕНЮ

16.01.2023

Для предоставления питания учащимся 7-11 лет

Директор школы _____ УТВЕРЖДАЮ:



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/35	187	9,20	10,35	10,80
189/2008	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	184	6,77	6,94	24,90
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 МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	43	1,20	0,69	7,80
Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб.			555	19,11	19,72	76,68
ОБЕД						
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 КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	60	2,37	4,03	4,02
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	240	357	14,10	14,30	49,90
346/2011	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	141	0,45	0,10	29,79
к/к/	ХЛЕБ РУЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	43	1,20	0,69	7,80
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивидуальной упаковке, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5%	1/100	87	5,00	2,50	8,50
Итого за ОБЕД - 145-30 руб.			850	827	28,10	115,71

Зам. директора _____

Зав. производством _____

Калькулятор _____



МЕНЮ

16.01.2023

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД						
34/213/2010	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЗЕЛЕНЬМИ ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОГО, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	80/20	137	3,43	8,46	7,80
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	103	5,51	6,97	5,02
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	300	578	18,50	19,86	77,20
442/2008	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	93	4,80	2,55	23,30
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	3,20	1,85	20,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	115	0,40	0,30	20,78
338/2011	ГРУША СВЕЖАЯ	100	47	13,30	10,30	10,30
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ	100	313	49,14	50,29	46,00
Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 284-70 руб.		1 165	1 494	49,14	50,29	210,50

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор