



МЕНЮ
10.03.2023
Для предоставления питания учащимся 7-11 лет



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
3/2008	БУТЕРБРОД С БЫРОМ	60	133	6,50	7,30	7,70
235/2010	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ КЛУКОВЕННЫМ	150	291	10,90	10,90	37,20
378/2011	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	105	1,52	1,35	25,90
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб.		510	581	19,36	19,99	81,58
ОБЕД						
71/2011	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ	60	14	0,60	0,20	2,20
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	81	2,50	4,11	11,02
298/2011	ЭРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	90	265	13,90	13,64	30,69
125/2008	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	139	3,00	5,76	18,82
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	118	0,20	0,20	27,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
Итого за ОБЕД - 145-30 руб.		770	761	25,40	26,77	117,02

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор



МЕНЮ

10.03.2023

Для предоставления питания учащимся от 12 лет и старше



УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД						
27/2008	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	100	174	9,10	13,70	3,50
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ, ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ	250/10/10	133	5,78	7,38	10,56
10.15./2005	ФИЛЕ КУРЫ В БЕЛКАХ	120	378	17,40	11,09	38,30
335/2008	ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ С ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ГАРНИРОМ(ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК)	180/20	206	3,72	10,60	24,36
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	118	0,20	0,20	27,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
451/2008	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	100	243	5,50	5,20	43,80
338/2011	БАНАН СВЕЖИЙ	200	105	3,00	1,00	42,00
Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 284-70 руб.		1 250	1 465	49,50	51,72	210,52

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор