

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ
21 января 2021 г.
12-18 (Платно)



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Вариант 1) капуста белокочанная, морковь, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная	115	1,9	6,2	11,1	109
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250	2,8	5,1	25,2	
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	105	16,8	19,3	4,4	258
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	10,2	8,3	46,4	301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	70	5,3	0,4	35,1	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	2,6	0,4	17	82
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	1	0,2	19,2	92
Итого	960	40,6	39,9	158,4	1008
Всего		40,6	39,9	158,4	1008

Медицинская сестра

Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар)

Конева Наталья Александровна