

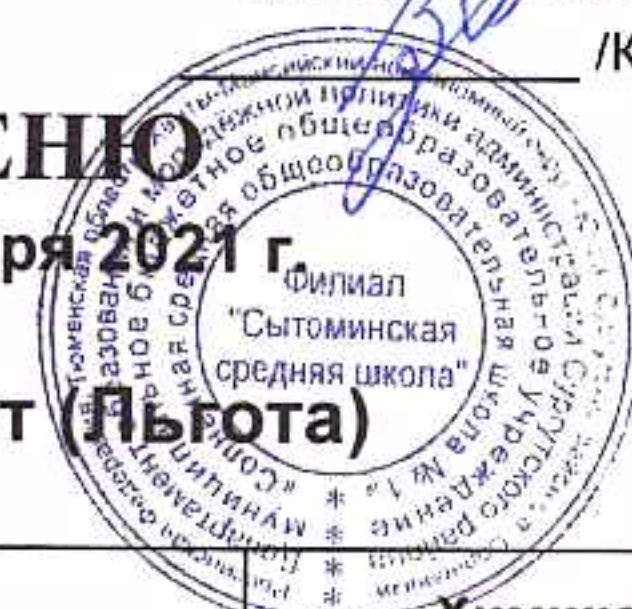
Утверждаю

Директор филиала
МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"
/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

22 января 2021 г.

12-18 лет (Льгота)



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	6,6	9,7	24,4	210
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	0,1	8,3	0,1	75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	2	0,3	12,7	61
КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ какао-порошок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сахар песок	200	3,6	3,7	23,9	145
Итого	480	15,4	22,2	81,2	586
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ укроп, петрушка (зелень), огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	145	1,4	12	4,1	130
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, говядина б/к, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	250	5,2	8,1	10,4	140
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	200	23,1	36,4	28,2	533
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200			23,3	93
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
Итого	905	37,6	57,3	118,1	1144
Всего	1385	53	79,5	199,3	1730

Медицинская сестра

Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар)

Конева Наталья Александровна