

Утверждаю

Директор филиала

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

МНЮ
1 февраля 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) соль йодированная, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	90	19,34	9,1	12,5	7,6	180
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	5,25	6,6	4,8	38,7	224
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368 лук репчатый, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная	50	6,07	1,8	6,2	4,4	81
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	5,56	4,9	4,5	0,3	61
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	13	6,08	0,1	10,8	0,1	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	62	5,51	4,7	0,4	31,1	147
СНЕЖОК кисломолочный продукт "снежок" 2,5 % жирности	200	11,95	5,6	5	9	113
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	7,25	4,6	3,8	25,8	156
Итого	805	67,00	37,4	48	117	1059
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ укроп, огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	100	27,07	1,4	10,2	4,1	113
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	250	21,13	9,4	9,4	15,3	183
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (Вариант 1) говядина б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная	110	37,08	17,4	15,5	1	215
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	7,07	4,1	7,3	43,2	255
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	5,34	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	28	2,25	1,9	0,2	11,9	57
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,06			15,6	63
Итого	928	101,00	38,8	43	121,2	1028
Всего	1733	168,00	76,2	91	238,2	2087

Медицинская сестра
Зав. производством (шеф-повар)

М.С.С.

Тырикова Ольга Сергеевна
Конева Наталья Александровна