

Утверждаю

Директор филиала

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

МНЮ
1 февраля 2021 г.

12 лет и старше (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	110	21,84	10,5	11,5	3,1	159
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	7,57	7,7	8	45,6	285
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368 лук репчатый, морковь, укроп, петрушка (зелень), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная	50	9,87	2	7,9	4,4	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	65	5,79	5	0,4	32,6	154
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	1,60	1,3	0,2	8,5	41
КАКАО С МОЛОКОМ какас-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	7,27	4,7	3,8	25,8	157
СНЕЖОК кисломолочный продукт "снежок" 2,5 % жирности	126	7,50	3,5	3,1	5,7	71
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	5,56	4,9	4,5	0,3	61
Итого	791	67,00	39,6	39,4	126	1025
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	120	23,93	1,2	12,1	3,6	128
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	26,05	11,3	9,6	29,7	251
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (Вариант 1) говядина б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная	110	34,79	16,5	13,8	2,2	199
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	7,26	4,4	7,3	46,1	268
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	5,34	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	33	2,62	2,2	0,3	13,9	67
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,01	0,2	0,1	15	60
Итого	953	101,00	40,4	43,6	140,6	1115
Всего	1744	168,00	80	83	266,6	2140

Медицинская сестра _____
Зав. производством (шеф-повар) _____

Тырикова Ольга Сергеевна
Конева Наталья Александровна