

Утверждаю

Директор филиала

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

Меню
2 февраля 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (Вариант 1) соль йодированная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	90	32,07	15,1	14,8	8,1	226
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	12,42	3,5	5,7	28,9	182
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ джем, масло сладко-сливочное несоленое, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	37	10,12	2,6	9,5	28,6	208
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	180	5,40	0,9	0,2	17,3	83
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	4,68	0,1	8,3	0,1	75
ЙОГУРТ йогурт 2,5% жирности	37	2,32	1	0,9	1,7	21
Итого	534	67,00	23,2	39,4	84,7	795
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ чеснок, петрушка (зелень), горошек зеленый консервы, свекла, масло подсолнечное рафинированное	100	9,65	2,4	10,1	11	145
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ капуста белокачанная, говядина б/к, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая	250	24,87	10,1	15,9	31,4	310
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ томатная паста, петрушка (зелень), говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт томаты грунтовые, соль йодированная, вода питьевая	105	46,46	20,3	25,4	7,1	340
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	10,17	10,5	9,4	47,8	318
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ курага, сахар песок, вода питьевая	200	3,36			24,3	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	57	5,07	4,3	0,4	28,6	135
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	18	1,43	1,2	0,2	7,6	37
Итого	910	101,00	48,8	61,4	157,8	1382
Всего	1444	168,00	72	100,8	242,5	2177

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар) _____ Конева Наталья Александровна