

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ

2 февраля 2021 г.

12 лет и старше (Пьота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (Вариант 1) говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой, мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	100	34,86	16,1	16,5	6,3	239
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ соль йодированная, картофель, масло сладко-сливочное несоленое	180	11,40	3,5	4,3	28,4	167
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, джем, масло сладко-сливочное несоленое	60	10,07	2,7	8,7	30,8	209
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	4,68	0,1	8,3	0,1	75
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	6,00	1	0,2	19,2	92
Итого	550	67,00	23,4	38	84,8	782
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ чеснок, горошек зеленый консервы, петрушка (зелень), свекла, масло подсолнечное рафинированное	120	8,74	2,3	10,3	12	151
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ капуста белокочанная, говядина б/к, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая	250	24,31	10,5	14,4	34,7	309
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томаты грунтовые, соль йодированная, вода питьевая	110	47,76	21,4	27	3,4	343
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	9,31	10,7	7,9	48,3	307
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ курага, сахар песок, вода питьевая	200	3,10			19,4	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой, мука высш.сорт	56	4,98	4,3	0,3	28,1	133
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	35	2,80	2,3	0,3	14,8	71
Итого	951	101,00	51,5	60,2	160,7	1391
Всего	1501	168,00	74,9	98,2	245,5	2173

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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