

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА

3 февраля 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	9,13	7,4	8,7	39	265
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, джем	60	9,99	5,3	0,4	58,3	256
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	13,09	0,1	23,1	0,2	209
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	2,60	0,1		16,5	67
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	2,6	0,4	17	82
МОЛОКО молоко пастер. 2,5% жирности	200	8,96	6,1	5,3	10,1	113
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	230	20,02	0,9	0,9	22,6	103
Итого	957	67,00	22,5	38,8	163,7	1095
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ укроп, петрушка (зелень), томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	90	13,16	0,9	6,6	3	76
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) свекла, чеснок, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, говядина б/к	250	12,90	5,1	7,3	9,6	126
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) рыба потрошенная обезглавленная (горбуша), картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, сухари панировочные	200	61,61	22,9	16,6	19,1	318
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	5,74	0,7	0,3	26,6	124
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	28	2,25	1,9	0,2	12	58
Итого	828	101,00	36,1	31,4	100,4	844
Всего	1785	168,00	58,6	70,2	264,1	1939

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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