

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ

4 февраля 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

| Наименование блюда                                                                                                                                                                                                            | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                               |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                                                                                                                                                                                       |       |               |                   |         |             |                                     |
| КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ<br>крупка манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое                                                                            | 200   | 12,86         | 10,4              | 10      | 51,4        | 335                                 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)<br>сыр российский                                                                                                                                                                                              | 17    | 10,01         | 4                 | 5       |             | 62                                  |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>масло сладко-сливочное несоленое                                                                                                                                                                          | 10    | 4,68          | 0,1               | 8,3     | 0,1         | 75                                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности                                                                                                                      | 200   | 3,76          | 1,7               | 1,2     | 20,9        | 102                                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт                                                                                                                                                                        | 40    | 3,56          | 3,1               | 0,2     | 20,1        | 95                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами                                                                                                                                                                    | 25    | 2,01          | 1,7               | 0,2     | 10,7        | 51                                  |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ<br>яблоки                                                                                                                                                                                                       | 278   | 30,13         | 1,2               | 1,2     | 29          | 139                                 |
| Итого                                                                                                                                                                                                                         | 770   | 67,00         | 22,2              | 26,1    | 132,2       | 859                                 |
| Обед                                                                                                                                                                                                                          |       |               |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)<br>капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная                                                                                   | 103   | 10,10         | 1,8               | 10      | 13,3        | 151                                 |
| СУП С КЛЕЦКАМИ С МЯСОМ<br>говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная | 250   | 26,63         | 8,4               | 10,9    | 29,5        | 251                                 |
| ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ<br>говяжья печень, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное                                                                           | 120   | 42,94         | 21,4              | 20,5    | 7,3         | 323                                 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368<br>молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная                                                                             | 30    | 2,45          | 0,8               | 3,3     | 3,2         | 46                                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое                                                                                               | 180   | 5,26          | 6,4               | 5,8     | 41,3        | 243                                 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>сок яблочный                                                                                                                                                                                                  | 200   | 6,00          | 1                 | 0,2     | 19,2        | 92                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт                                                                                                                                                                        | 60    | 5,34          | 4,6               | 0,4     | 30,1        | 142                                 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами                                                                                                                                                                    | 28    | 2,28          | 1,9               | 0,3     | 12,1        | 58                                  |
| Итого                                                                                                                                                                                                                         | 971   | 101,00        | 46,3              | 51,4    | 156         | 1306                                |
| Всего                                                                                                                                                                                                                         | 1741  | 168,00        | 68,5              | 77,5    | 288,2       | 2165                                |

Медицинская сестра  
Зав. производством (шеф-повар)

*Мед.*

Тырикова Ольга Сергеевна  
Конева Наталья Александровна