

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ

11 марта 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ молоко пастер. 2,5% жирности. вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок	250	11,59	7,3	9,6	29,2	234
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	9,35	0,1	16,5	0,2	150
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш.сорт	60	5,42	4,5	5,9	44,6	250
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	40	3,20	2,6	0,4	17	82
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,26			19,4	77
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	190	18,87	0,8	0,8	18	87
СНЕЖОК кисломолочный продукт "снежок" 2,5 % жирности	200	11,95	5,6	5	9	113
Итого	1020	67,00	25,5	38,6	167,5	1135
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ томаты грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	14,91	13,6	138,1	44,8	1477
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ говядина б/к, свекла, соль йодированная, вода питьевая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности	250	13,38	5,4	8,8	13,2	156
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	7,28	3,6	4,6	37,7	206
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (Вариант 1) говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	90	31,96	15	14,8	7,9	225
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	2,90			19,4	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	75	6,68	5,7	0,5	37,6	178
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	35	2,80	2,3	0,3	14,8	71
АПЕЛЬСИН апельсин	110	19,04	1	0,2	8,9	47
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками	30	2,06	0,9	1	23,6	108
Итого	1040	101,00	47,5	168,3	207,9	2545
Всего	2060	168,00	73	206,9	375,4	3680

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар)

Конева Наталья Александровна