

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕШО

8 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ крупка пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	9,27	7,2	8,3	31,9	230
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	9,35	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	2,23			14,7	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	4,45	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	2,6	0,4	17	82
АПЕЛЬСИН апельсин	220	38,50	2	0,4	17,8	95
Итого	730	67,00	15,7	17,7	106,6	660
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	100	18,90	0,7	8,2	2,3	86
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, говядина б/к	250	28,00	5,9	9	18,1	182
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (Вариант 1) говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	100	30,76	15	14,8	7,9	225
СОУС ТОМАТНЫЙ №364 вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	30	2,69	0,1	1,6	1,3	20
РИС ОТВАРНОЙ крупка рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	6,06	3,5	5,9	30,9	191
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	6,00	1	0,2	19,2	92
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	30	3,25	1,9	0,2	11,9	57
Итого	950	101,00	32,7	40,3	121,7	995
Всего	1680	168,00	48,4	58	228,3	1655

Медицинская сестра

Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар)

Коневы Наталья Александровна