

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ

8 февраля 2021 г.

12 лет и старше (Пытга)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тиче ская ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ крупя пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	250	12,35	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		0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	1,3	0,2	8,5	41
АПЕЛЬСИН апельсин	220	38,50	1,5	0,3	13,7	73
Итого	730	67,00	15,7	17,7	106,6	660
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	120	19,00	0,9	10,1	2,8	106
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	8,4	12,2	151
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (Вариант 1) говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	100	29,04	18,4	18,2	9,6	275
РИС ОТВАРНОЙ крупя рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	200	6,20	4,4	7,6	39,4	244
СОУС ТОМАТНЫЙ №364 вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	50	2,73	0,2	2,7	2,2	35
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	6,00	1	0,2	19,2	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	70	6,23	5,3	0,4	35,1	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,80	2,7	0,4	17,1	82
Итого	1030	101,00	38,8	48	137,6	1151
Всего	1760	168,00	51,3	65,3	222	1703

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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