

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ

9 февраля 2021 г.

12 лет и старше (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	250	12,99	6,2	10,1	34,8	256
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,55	0,2	0,1	15	60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	9,35	0,1	8,3	0,1	75
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	100	34,46	0,4	0,4	9,8	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	4,45		0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	2	0,3	12,7	61
Итого	660	67,00	12	19,4	92,5	591
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Вариант 1) капуста белокочанная, морковь, лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	120	19,45	2	6,3	10,3	107
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (Вариант 1) картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250	26,95	9	7,4	18	174
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	110	28,96	18,6	20,8	5,3	283
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	200	10,21	11,2	9,1	50,7	329
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	3,20	2,6	0,4	17	82
Итого	990	101,00	49,7	44,6	155,6	1233
Всего	1650	168,00	61,7	64	248,1	1824

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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