

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ «Солнечная СОШ №1» "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

16 февраля 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (Вариант 1) творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 15% жирности, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая	200	40,13	23,2	20,2	23,7	373
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	4,68	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	5,42	3,4	2,8	22	127
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	2,67	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	1,60	1,3	0,2	8,5	41
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	126	12,50	0,5	0,5	11,9	57
Итого	586	67,00	30,8	32,2	81,3	744
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное	100	13,33	1,5	6,2	6,5	88
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к	250/12/10	26,28	5,7	9,8	9	150
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) рыба потрошенная обезглавленная (горбуша), картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, сухари панировочные	250	45,34	26	20,8	28,3	404
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	28	2,23	1,8	0,2	11,8	57
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш.сорт	48	2,48	3,6	4,7	35,3	198
Итого	936	101,00	44,2	42,3	140,2	1131
Всего	1522	168,00	75	74,5	221,5	1875

Медицинская сестра

Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар)

Коневы Наталья Александровна