

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕЩО

16 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						
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	37,94	22,9	17,6	22,4	344
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	15	5,18	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	5,42	3,1	2,6	22,9	128
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	126	12,50	0,4	0,4	10,8	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,56	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	2,40	2	0,3	12,7	61
Итого	611	67,00	31,6	29,4	89	752
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное	110	15,45	1,8	7,2	8	105
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	26,28	5,1	8,8	8,2	137
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	40,94	26	20,8	28,4	404
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
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш.сорт	32	2,90	2,4	3,1	23,9	134
Итого	952	101,00	44,2	40,9	139,8	1120
Всего	1562	168,00	75,8	70,3	228,8	1872

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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