

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

Кривоногов Владимир Викторович

МЕНЮ

26 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	11,38	6,2	10,1	34,8	256
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	4,68	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	14	6,87	3,3	4,2		52
СНЕЖОК кисломолочный продукт "снежок" 2,5 % жирности	200	11,93	5,6	5	9	113
АПЕЛЬСИН апельсин	149	23,81	1,3	0,3	12,1	64
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	1,98	0,3	0,1	15,2	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	44	3,95	3,4	0,3	22,3	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	2,40	2	0,3	12,7	61
Итого	897	67,00	22,2	28,6	106,2	788
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	130	18,46	1,2	7,4	4,7	92
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (Вариант 1) картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250/15	26,76	6,4	4,5	18,6	141
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	100	23,33	18,9	20,9	6,5	291
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	200	10,24	11,4	9,2	51,7	336
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	5,98	0,7	0,3	28,8	133
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	70	6,23	5,3	0,4	35,1	166
БАНАН банан	100	10,00	2,1	0,7	29,3	134
Итого	1050	101,00	46	43,4	174,7	1293
Всего	1947	168,00	68,2	72	280,9	2081

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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