

Согласовано:

Директор образовательного учреждения
СОШ Солнечная №1 филиал Сытоминская
Кудина Ирина Николаевна

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"
Е.А. Широконова

27 ноября

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Сытомино ШУ 5-11 кл завтрак 44 руб						
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,06	3,85	19,01	123,38	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	120
2,68	1,13	13,38	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
5,74	4,97	47,36	251,73			
Сытомино ШУ 1-4кл завтрак 166 руб						
6,03	8,47	43,99	276,27	6,9	Каша рисовая молочная вязкая	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,14	0,71	25,70	114,17	1192	Пряник (порц.)	34
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Хлеб пшеничный.	30
2,51	1,75	4,40	132,00	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125
12,93	11,80	105,51	664,88			
Сытомино ШУ 1-4 кл (обед) 248 руб						
0,86	3,66	4,01	52,67	1228	Салат из отварной свеклы с огурцами солеными и растительным маслом	60
3,03	5,93	13,87	118,00	1021	Щи с капустой, картофелем и сметаной	200
12,09	9,06	4,69	149,35	1076	Печень по-строгановски	90
7,55	7,47	43,85	240,83	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	200
1,62	0,20	9,76	48,40	894,01	Хлеб пшеничный.	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
42,94	41,53	214,07	1 460,20			
Сытомино ШУ 5-11 кл (обед) 248руб						
1,44	6,10	6,68	87,79	1228	Салат из отварной свеклы с огурцами солеными и растительным маслом	100
3,79	7,42	17,34	147,50	1021	Щи с капустой, картофелем и сметаной	250
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	100
9,06	8,97	52,62	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
49,47	50,29	245,07	1 683,69			
Сытомино ШУ (обед) РП 248 руб						
1,44	6,10	6,68	87,79	1228	Салат из отварной свеклы с огурцами солеными и растительным маслом	100
3,79	7,42	17,34	147,50	1021	Щи с капустой, картофелем и сметаной	250
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	100
9,06	8,97	52,62	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
35,03	36,37	128,55	949,75			

Технолог: