

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

2 марта 2021 г.

7-11 лет (Пьота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	18,71	6,6	9,7	24,3	210
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	15	9,51	0,1	4,1	0,1	37
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	15	12,05	3,5	4,5		55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	35	5,42	2,7	0,2	17,6	83
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог.микронутриентами	20	3,60	2,7	0,2	17,6	83
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	8,60	3,7	3	24,5	141
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками	30	9,11	0,8	1	23,2	106
Итого	515	67,00	17,4	31,1	98,3	749
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная	101	15,90	1,2	5,1	10,7	95
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (Вариант 1) хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, картофель, горох лущеный,	250	26,14	13,8	8,7	27,2	242
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, вода питьевая, соль йодированная	200	47,18	22,8	23,8	33,8	439
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	40	3,56	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	28	2,24	1,9	0,2	11,9	57
Итого	819	101,00	43,5	38,3	132,5	1061
Всего	1334	101,00	60,9	60,8	222,2	1693

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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