

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

2 марта 2024 г.

12 лет и старше (Льгота)

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	250	25,53	8,2	12,1	30,4	262
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	15	9,51	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	15	12,05	3,5	4,5		55
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками	15	4,55	0,4	0,5	11,7	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,56	3,1	0,2	20,1	95
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	8,60	3,7	3	24,5	141
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	3,20	2,6	0,4	17	82
Итого	565	67,00	19	28,6	86,8	682
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, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250	26,14	13,9	8,7	27,2	243
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук	200	44,44	22,8	23,9	33,8	441
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	60	5,34	4,6	0,4	30	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	2,6	0,4	17	82
Итого	851	101,00	45,8	38,8	147,5	1136
Всего	1416	101,00	64,8	67,4	234,3	1818

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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