

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

4 марта 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 С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (Вариант 1) творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая	250	37,46	18,6	20,3	38,4	417
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,30	1,7	1,3	16,1	82
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	15	5,61	0,1	9,9	0,1	90
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	20	1,60	1,3	0,2	8,5	41
ЗЕФИР зефир	30	4,20	0,2		23,9	98
ЙОГУРТ йогурт 2,5% жирности	180	11,28	5	4,5	8,1	102
Итого	735	67,00	30	36,4	115,2	925
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (Вариант 1) горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	15,63	2,6	5,3	6,1	83
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250	22,80	9,3	11,2	15,9	205
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (Вариант 1) рыба потрошенная обезглавленная (горбуша), морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	121	42,01	27,9	13,7	3,1	247
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180	5,11	6,6	5,8	38	229
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
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	5,98	0,7	0,3	24,4	103
Итого	960	101,00	52,4	36,7	122,6	909
Всего	16695	168,00	82,4	73,1	237,8	1834

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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