

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"
/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

9 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						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	250	20,39	6,2	10,1	34,8	256
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	10,44	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	14	6,82	3,3	4,2		51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	44	3,94	3,4	0,3	22,2	105
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	6,54	3,3	2,4	26,7	142
БАНАН банан	100	12,33	2,3	0,8	31,5	144
Итого	618	67,00	18,6	26,1	115,3	773
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Вариант 1) капуста белокочанная, морковь, лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	120	16,10	2	6	11,4	110
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (Вариант 1) картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250/15	27,14	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	120	32,93		20,8	6,5	290
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	200	10,22	11,4	9,2	51,7	336
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	5,3	0,4	35,1	166
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота	200	5,18	0,2	0,2	27,1	111
Итого	1000	101,00	47,2	41,6	207,3	1399
Всего	1618	168,00	65	67,4	312,1	2124

Медицинская сестра

Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар)

Конева Наталья Александровна