

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ
9 марта 2021 г.

12 лет и старше (Родительская плата)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Вариант 1) капуста белокочанная, морковь, лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	101	14,11	1,6	5,3	9,9	95
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, томаты грунтовые, соль йодированная, вода питьевая	120	23,08	18,4	21,1	4,5	282
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	60	5,34	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано- пшеничный обог.микронутриентами	28	3,20	1,9	0,2	11,9	57
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота	200	5,58	0,2	0,2	26,9	110
ЗЕФИР зефир	40	12,33	0,1		9,5	39
Итого	999	101,00	44,9	41	193,5	1326
Всего	999	101,00	44,9	41	193,5	1326

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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