

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ
5 марта 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная	105	47,68	15,2	16,6	8,4	243
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (вариант 1) картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	8,93	2,6	8	16,9	152
ЧАЙ С МОЛОКОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	5,23	3,6		15,2	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	35	3,12	2,7	0,2	17,6	83
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	26	2,04	1,7	0,2	10,8	52
Итого	516	67,00	25,8	25	68,9	652
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	60	5,37	1,1	3,7	3,3	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	250	22,66	9,8	9,4	18,1	197
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, вода питьевая, соль йодированная	200	60,80	22,8	23,8	33,8	439
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	65	5,79	5	0,4	32,6	154
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	35	2,04	2,3	0,3	14,8	71
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ курага, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	4,34			23,1	92
Итого	810	101,00	38,7	37,3	110,9	1004
Всего	1326	168,00	64,5	62,3	179,8	1656

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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