

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ

10 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						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	109	16,93	0,8	0,1	0,1	13
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к	250/12/10	15,29	5,7	9,7	9	150
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	7,30	4,4	7,6	39,4	244
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ рыба потрошенная обезглавленная (горбуша), вода питьевая, морковь, петрушка (корень), сельдерей (корень), лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, сахар песок, гвоздика, корица, лавровый лист, соль йодированная	120	35,79	23,5	12,9	6,9	239
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	180	5,40	0,9	0,2	17,3	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	5,34	4,6	0,4	30,1	142
АПЕЛЬСИН апельсин	130	14,95	1,2	0,3	10,5	56
Итого	1029	101,00	41,1	31,2	113,3	927
Всего	1029	101,00	41,1	31,2	113,3	927

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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