

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕТНО

15 марта 2021 г.

7-11 лет (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	200	24,98	4,9	7,8	30	211
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	4,44		7,8	0,1	71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,56	2,8	0,2	18,1	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	2,02	1,7	0,2	10,7	52
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками	20	2,90	1,5	2	14,9	83
АПЕЛЬСИН апельсин	200	26,90	1,8	0,4	16,2	86
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,20	0,2	0,1	15	60
Итого	695	67,00	12,9	18,5	105	649
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ томаты грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	14,91	1,3	12,8	4,1	137
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (Вариант 1) картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250/15	24,22	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	40,95	18,4	21	4,7	283
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	10,22	11,4	9,2	51,7	336
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	1,29	0,7	0,3	28,8	133
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	2,24	1,9	0,2	11,9	57
ЗЕФИР зефир	30	1,84	0,4	0,1	39,9	163
Итого	968	101,00	45,1	48,5	189,8	1392
Всего	1663	168,00	58	67	294,8	2041

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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