

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

15 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	200	24,98	6,2	10,1	34,8	256
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	4,44	0,1	8,3	0,1	75
АПЕЛЬСИН апельсин	200	26,90	1,8	0,4	16,2	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,56	3,4	0,3	22,2	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	2,02	2	0,3	12,7	61
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,20	0,2	0,1	15	60
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками	20	2,90	1,5	2	14,9	83
Итого	695	67,00	15,2	21,5	115,9	726
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ томаты грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	120	15,33	1,1	11,4	3,7	122
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, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	110	38,78	18,9	20,8	6,5	290
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	200	11,07	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	70	6,23	5,3	0,4	35,1	166
ЗЕФИР зефир	30	1,84	0,4	0,1	39,9	163
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	28	2,24	1,9	0,24	11,90	57
Итого	1008	101,00	46,4	47	161,4	1392
Всего	1703	168,00	61,6	68,5	277,3	2041

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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