

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ
17 марта 2021 г.

7-11 лет (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок	250	10,00	5,7	4,9	21,7	155
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	15	7,01	0,1	12,4	0,1	112
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	4,45	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	36	2,88	2,4	0,3	15,3	74
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ сок яблочный	200	6,00	1	0,2	19,6	83
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш.сорт	55	4,96	4,1	5,4	40,8	229
БАНАН банан	210	31.70	3,2	1,1	44,1	202
Итого:	816	67,00	20,3	24,6	166,7	973
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	15,35	1	6	3,7	75
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ говядина б/к, свекла, соль йодированная, вода питьевая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности	250	13,94	5,5	8,8	13,2	157
КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист	150	10,90	3,3	4,2	9,3	90
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	100	32,00	15,3	17,5	3,9	234
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	2,90			19,4	77
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	165	16,40	0,7	0,7	16,3	74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	75	6,69	5,7	0,5	37,7	178
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	35	2,81	2,3	0,3	14,9	72
Итого:	1075	101,00	33,8	38	118,4	957
Всего:	1891	168,00	54,1	62,6	285,1	1930

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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