

Утверждаю

Директор филиала

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

МЕНЮ
17 марта 2021 г.

7-11, (Родительская плата)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
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	5,4	8,9	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	15,2	17,6	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	33,6	38,5	118,6	963
Всего:	1075	101,00	33,6	38,5	118,6	963

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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