

Утверждаю



Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

17 марта 2021 г.

12 лет и старше (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность,
			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	8,3	0,1	75
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное мука высш. сорт	55	4,96	2	2,5	19,3	108
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт	50	4,45	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	36	2,88	1,3	0,2	8,5	41
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	6,00	1	0,2	19,8	86
БАНАН банан	210	31,70		1	27,7	192
Итого:	816	67,00	13,2	17,3	117,2	752
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	120	16,45	1,1	7,3	4,5	91
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	156
КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатное пюре, лимонная кислота, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, перец черный горошком, лавровый лист, соль йодированная	180	13,09	4,1	5,2	11,6	113
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	120	30,79	18,3	20,9	4,1	278
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	2,90			19,4	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт	70	6,23	5,3	0,4	35,1	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	2,6	0,4	17	82
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоко	145	14,40	0,6	0,6	14,3	65
Итого		101,00	37,5	43,6	119,2	1028
Всего:	1125	168,00	50,7	60,9	236,4	1780

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. Производством (шеф-повар)

Конева Н. А