

Утверждаю

Директор филиала

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

Меню
19 марта 2024 г.

12 лет и старше (Льгота)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ крупя ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	24,98	7	8,1	34,7	243
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт, джем, масло сладко-сливочное несоленое	56	8,37	0,2	5,7	20,4	131
ЧАЙ С ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	200/15/7	8,67	0,2		15	62
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	100	10,00	0,4	0,4	9,8	44
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарное, мука высш. сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками	30	4,81	2,3	2,9	22,3	125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	35	5,57	2,7	0,2	17,6	83
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	4,60	1,3	0,2	8,5	41
Итого	641	67,00	14,1	17,5	128,3	729
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	122	23,06	0,9	6,1	2,9	71
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, горох пущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	250	9,61	6,4	4,5	18,6	141
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, вода питьевая, соль йодированная	200	45,63	22,8	23,9	33,7	440
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	6,36	1	0,2	19,2	92
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками	30	6,13	0,8	1	20	106
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	66	5,57	5	0,4	33	156
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	4,64	2,6	0,4	17	82
Итого	890	101,00	39,5	36,5	144,4	1088
Всего	1531	168,00	53,6	54	272,7	1817

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

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