

МЕНЮ

12 октября 2023 год

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

" 12 " октября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо- ды, гр.	Энергет ценность, ккал.
ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Перец порционно	60	22,62	0,780	0,060	2,940	15,600
Биточки рыбные (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Картофель запеченный с сыром	150	30,15	3,329	4,353	22,655	143,535
Компот из груш	200	22,6	0,176	0,132	28,484	116,440
Хлеб пшеничный в/с	35	3,85	0,266	0,280	1,722	8,225
Киви	1шт	37,72	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	13,50	13,68	70,22	459,55
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Перец порционно	100	37,7	0,780	0,060	2,940	15,600
Биточки рыбные (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Картофель запеченный с сыром	180	36,18	3,994	5,224	27,185	272,242
Чай с сахаром	200	4	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	20	2,2	0,152	0,160	0,984	4,700
Киви	1шт	36,86	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	13,98	14,32	60,52	528,35
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Винегрет овощной	60	9,78	0,913	6,046	4,674	77,516
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12,8	2,296	2,348	16,628	97,300
Гуляш из говядины	60/40	114	18,040	19,165	2,261	253,859
Макаронные изделия отварные с маслом	150	7,8	5,787	1,770	37,032	187,365
Йогурт питьевой	200	21	8,200	3,000	11,800	114,000
Хлеб пшеничный в/с	50	5,5	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	30	3,18	0,171	0,034	1,117	5,516
Полоска песочная с повидлом	70	29	4,443	14,071	44,733	321,544
Яблоко	1шт	34,94	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	40,63	47,23	130,51	1115,85
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Винегрет овощной	100	16,3	1,522	10,780	7,791	129,194
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16	2,870	2,935	20,785	121,625
Гуляш из говядины	60/40	114	18,040	19,165	2,261	253,859
Макаронные изделия отварные с маслом	180	9,36	6,944	2,124	44,438	224,838
Йогурт питьевой	200	21	8,200	3,000	11,800	114,000
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	0,532	0,560	3,444	16,450
Хлеб столичный ржаной	40	4,24	0,244	0,048	1,596	7,880
Полоска песочная с повидлом	70	29	4,443	14,071	44,733	321,544
Слива	1шт	20,4	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	43,20	53,08	146,65	1236,39

МЕНЮ

12 октября 2023 год

" 12 " октября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо ды, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
Биточки рыбные (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Картофель запеченный с сыром	180	36,18	3,994	5,224	27,185	272,242
Компот из груш	200	22,6	0,176	0,132	28,484	116,440
Хлеб пшеничный в/с	45	5,16	0,342	0,360	2,214	10,575
ИТОГО:		107,00	13,06	14,17	62,51	528,01
ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД ГПД						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12,8	2,296	2,348	16,628	97,300
Гуляш из говядины	60/40	114	18,040	19,165	2,261	253,859
Макаронные изделия отварные с маслом	150	7,8	5,787	1,770	37,032	187,365
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	7	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	50	5,5	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	28	2,9	0,171	0,034	1,117	5,516
ИТОГО:		150,00	26,84	23,75	74,70	618,23