

МЕНЮ

14 декабря 2022 г.

1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак(ТЖС, КМНС,ОВЗ)								
2011	265	ПЛОВ	240	57,22	4,5	8	40,7	249
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	10,79	0,1	2,8	0,7	28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	13,77			18,2	72
		МАНДАРИН	100	35,65	0,6	0,1	5,1	25
Итого				122,93	9,3	11,4	90	493
II Завтрак(ТЖС, КМНС,ОВЗ)								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	0,00	2,8	3,3	15,9	102
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	0,00	13,2	12,2	1,5	162
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,00	1	2,8	5,2	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
Итого				0,00	21,3	18,8	55,1	461
Обед(ОВЗ, родительская плата)								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	18,19	1,4	4,8	6,4	73
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	48,70	2,1	3,6	15	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,13	0,3		9,3	38
		МАНДАРИН	100	35,65	0,6	0,1	5,1	25
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	21,55	0,8	5,7	2,2	61
Итого				131,72	9,3	14,7	63,3	415
Всего				254,65	39,9	44,9	208,4	1369

МЕНЮ

14 декабря 2022 г.

5-11 кл

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак(ТЖС, КМНС,ОВЗ, родительская плата)								
2011	265	ПЛОВ	280	66,43	5,3	9,3	47,4	290
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	17,39	0,2	4,7	1,2	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	13,77			18,2	72
		МАНДАРИН	100	35,65	0,6	0,1	5,1	25
Итого				138,74	10,2	14,6	97,2	552
II Завтрак(ТЖС, КМНС,ОВЗ, родительская плата)								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	0,00	3,2	3,9	19,1	122
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	0,00	14,8	13,6	1,8	180
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,00	1,4	4,8	8,7	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
Итого				0,00	23,7	22,8	62,1	532
Обед(ОВЗ, родительская плата)								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	21,88	1,9	5,8	7,8	90
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	58,32	2,5	4,2	18	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,13	0,3		9,3	38
		МАНДАРИН	100	35,65	0,6	0,1	5,1	25
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	29,05	1	5,7	2,9	65
Итого				152,53	8,7	10,5	60,1	363
Всего				291,27	42,6	47,9	219,4	1447