

МЕНЮ

31 января 2023 г.

5-11 кл

Категории питающихся: завтрак (1 родитель, дети из семьи
многодет.,КМНС,ОВЗ, родительская плата)
обед (ОВЗ, родительская плата)

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|-------------------------------|---------------------|---|-------|---------------|-------------------|-------------|------------------|--|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180 | 8,50 | 6,5 | 4,3 | 37,8 | 212 |
| 2011 | 245 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 100 | 49,81 | 0,5 | 1,5 | 1,8 | 21 |
| 2011 | 45 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 11,05 | 1,9 | 4,8 | 9,9 | 89 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,75 | 1,8 | 0,2 | 11,6 | 54 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,75 | 1,7 | 0,2 | 10,4 | 50 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 400 | 81,95 | 1,5 | 1,5 | 36,4 | 175 |
| 2011 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 19,59 | | | 18,2 | 72 |
| Итого | | | | 176,40 | 13,9 | 12,5 | 126,1 | 673 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 77 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 20,98 | 2,1 | 5,6 | 9,6 | 96 |
| 2011 | 128 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 34,60 | 9,1 | 11,9 | 32,5 | 267 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 100 | 31,61 | 0,5 | 4,7 | 2,5 | 53 |
| 2011 | 45 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 11,05 | 1,4 | 4,8 | 8,7 | 82 |
| | | 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 | 377 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 185 | 3,37 | 0,2 | | 7,2 | 29 |
| Итого | | | | 107,11 | 17,4 | 27,5 | 85,8 | 646 |
| Всего | | | | 283,51 | 41 | 54,5 | 292,5 | 1800 |