

МЕНЮ

8 сентября 2021 г.

5-11 кл

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	200	40,68	3,7	6,8	33,4	205
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,35	0,2	4,7	1,2	46
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,98			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	25,90	0,4	0,4	9,8	47
Итого				97,26	8,4	12,4	87,9	489

МЕНЮ

8 сентября 2021 г.

ОВЗ 5-11 КЛАСС

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	200	40,68	3,7	6,8	33,4	205
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,35	0,2	4,7	1,2	46
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,98			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	25,90	0,4	0,4	9,8	47
Итого				97,26	8,4	12,4	87,9	489
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	46,97	4,6	8	17,8	160
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	59,57	5,3	5,1	39,9	225
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,99			18,2	72
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	22,16	7,9	13,9	6,5	184
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				146,04	21,9	27,5	107,7	760
Всего				243,30	40,8	53	265,7	1683

8 сентября 2021 г.

ОВЗ 1-4 КЛАСС

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	150	30,51	2,9	5	25,2	154
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,01	0,1	2,8	0,7	28
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,98			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				55,85	7,1	8,3	69,4	373
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	38,60	3,9	6,5	14,6	131
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	44,61	4	4	30	169
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,99			18,2	72
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	12,69	4,6	8	3,9	107
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				113,24	16,6	19	92	598
Всего				169,09	33,2	37,2	224,8	1346