

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово -
_____ /Харина О.Е./

МЕНЮ

1 июля 2022 г.

7-11 лет

| 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 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 180/0/10 | 14,53 | 5,5 | 6,7 | 19,6 | 157 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО | 200 | 25,00 | | | | |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/0/15 | 2,42 | 0,3 | | 14,2 | |
| | | КИВИ | 70 | 31,50 | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ | 40/10 | 3,77 | 3,3 | 0,3 | 21,4 | 101 |
| Итого | | | | 77,22 | 9,1 | 7 | 55,2 | 315 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250/0/40 | 32,87 | 2,2 | 3,2 | 16,3 | 102 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 14,87 | 7,3 | 7,2 | 32 | 216 |
| 2011 | 244 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ | 90 | 31,47 | 1,5 | 2,9 | 5,7 | 53 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 56 | 4,71 | 4,1 | 0,3 | 26,7 | 126 |
| | | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 400 | 7,60 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 24 | 2,04 | | | | |
| 2011 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 27,88 | 0,3 | 0,1 | 20,2 | 84 |
| 2011 | 20 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 23,70 | 0,8 | 5,7 | 2,2 | 61 |
| Итого | | | | 145,14 | 16,2 | 19,4 | 103,1 | 642 |
| Всего | | | | 222,36 | 25,3 | 26,4 | 158,3 | 95 |