



**МЕНЮ**

19.01.2023

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ 7-11 ЛЕТ



Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/35	187	9,20	10,35	10,80
190/2008	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	170	215	6,65	6,45	39,90
433/2008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	19,80
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
<b>Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб.</b>		<b>530</b>	<b>588</b>	<b>19,19</b>	<b>19,74</b>	<b>81,28</b>
<b>ОБЕД</b>						
357/2008	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С ГАРНИРОМ/ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,МОРКОВЬ,КАРТОФЕЛЬ/С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	10/65	57	4,00	2,00	6,36
91/2008	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	102	2,29	4,15	13,62
282/2010	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	275	12,00	12,10	24,13
350/2008	РАТУ ОВОЩНОЕ	150	119	3,50	6,70	11,50
408/2008	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	200	118	0,10	0,10	29,20
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	115	3,20	1,85	20,78
<b>Итого за ОБЕД - 145-30 руб.</b>		<b>780</b>	<b>822</b>	<b>26,69</b>	<b>27,75</b>	<b>112,29</b>

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор