

ШКОЛА СШ № 45

МЕНЮ 5-11

Утверждаю
 Директор Людмила Николаевна
 Дата 12.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	4,59	13,58	0,78	0,10	2,4
	1 блюдо	287	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	108/50	17,21	161,81	9,23	8,06	13,9
	Каша молочная	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3	273,24	7,87	6,49	45,9
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	120,53	0,37	0,00	29,7
	Хлеб пш.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,16	4,15	0,42	47,7
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,68	1,98	0,36	11,8
			338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	10,5	58,64	0,58	0,58
			Итого за прием пищи:	868	40	897,64	24,96	16,01	164,6
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	4,59	19,7	1,01	0,20	3,5
	1 блюдо	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	5	111,34	4,03	6,30	11,7
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТОМАТОМ	100/50	28,91	305,75	16,04	20,56	15,7
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5	169,2	3,72	6,48	24,3
	Напитки	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	3	103	0,70	0,30	24,4
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	217,69	4,28	0,43	49,1
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,30	0,60	19,8
				Итого за прием пищи:	990	49	1024,48	33,08	34,87
			Всего за день:	1858	89	1922,12	58,04	50,88	313,4

Экономист по Ценам
 Зав. производством

Людмила Николаевна
 Миргородская Л.А.