

ШКОЛА СОСН № 45

МЕНЮ 5-11



Утверждено  
Директор

Дата: 01.02.24

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	2,43
		287	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	108/50	17,21	161,81	9,23	8,06	13,95
	Каша молочная	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3	273,24	7,87	6,49	45,95
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	120,53	0,37	0,00	29,78
	Хлеб пш.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,68	1,98	0,36	11,88
		338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	10,5	58,64	0,58	0,58	12,95
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>868</b>	<b>40</b>	<b>897,64</b>	<b>24,96</b>	<b>16,01</b>	<b>164,68</b>
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	4,59	19,7	1,01	0,20	3,52
		82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	5	111,34	4,03	6,30	11,72
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТОМАТОМ	100/50	28,91	305,75	16,04	20,56	15,74
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5	169,2	3,72	6,48	24,36
	Напитки	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	3	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	217,69	4,28	0,43	49,18
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,30	0,60	19,80
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>990</b>	<b>49</b>	<b>1024,48</b>	<b>33,08</b>	<b>34,87</b>	<b>148,72</b>
		<b>Всего за день:</b>	<b>1858</b>	<b>89</b>	<b>1922,12</b>	<b>58,04</b>	<b>50,88</b>	<b>313,40</b>	

Экономист по Ценам  
Зав. производством



Миргородская, Л.А.