

ШКОЛА СШ № 45

МЕНЮ

5-11

Утверждаю  
 Директор Александрова Н.Ю.  
 Дата 24.10.24

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	4,59	13,58	0,78	0,10	2,		
		287	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	108/50	17,21	161,81	9,23	8,06	13,		
		302	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3	273,24	7,87	6,49	45,		
		349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	120,53	0,37	0,00	29,		
			Хлеб пш.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,16	4,15	0,42	47,
			Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,68	1,98	0,36	11,
		338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	10,5	58,64	0,58	0,58	12,		
<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>164,0</b>		
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	4,59	19,7	1,01	0,20	3,		
		82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	5	111,34	4,03	6,30	11,		
		274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТОМАТОМ	100/50	28,91	305,75	16,04	20,56	15,		
		312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5	169,2	3,72	6,48	24,		
		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
		<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>148,7</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>313,4</b>

Экономист по Ценам  
 Зав. производством

Миргородская Л.А.

