



МЕНЮ

ШКОЛА № 45

5-11

Дата 21.03.25

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	13	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	289	РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/280	31,69	490,24	29,73	33,36	17,72
	Напитки	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	4,1	59,9	0,29	0,10	14,69
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,63	117,2	3,80	0,40	24,60
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,48	58,68	1,98	0,36	11,88
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	15,1	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	817	70	833,6	37,38	35,12	90,92
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	13	19,7	1,01	0,20	3,52
	1 блюдо	112	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	9,4	117	2,38	5,08	12,99
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	43,79	189,11	14,41	11,45	8,47
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,77	169,2	3,72	6,48	24,36
	Напитки	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	9,28	217,69	0,16	0,16	22,81
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,63	93,04	4,28	0,43	49,18
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,13	97,8	3,30	0,60	19,80
			Итого за прием пищи:	980	98	903,54	29,26	24,40	141,13
			Всего за день:	1797		1783,38	67,20	63,67	233,68

Экономист по Ценам
Зав. производством

Миргородская Л.А.

Л.А. Миргородская