



ШКОЛА № 45

МЕНЮ

5-11

Утверждено

ИП Карпачев В.Б.



Дата 15.04.25

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Блюда из яиц	210/2015	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	23,3	212,44	10,82	17,87	2,04
	Овощи натуральные	566/2015	Икра кабачковая консервированная	100	10,65	119	1,9	8,9	7,7
	Напитки	379/2015	Кофейный напиток с молоком	200	14,84	97,91	2,95	2,13	16,73
	Хлеб пш.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,63	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,48	58,68	3,30	0,60	19,80
	Фрукты	338/2015	Фрукты свежие (яблоко колиброванное)	150	15,1	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	656	70	757,83	22,38	30,26	99,00
Обед	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	100	13	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	11,6	97,6	1,70	5,02	11,40
	2 блюдо	227/2015	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	41,56	239,29	18,01	16,87	3,82
	Гарнир	125/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	180	15,28	167,93	3,35	5,74	25,89
	Напитки	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,8	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,63	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,13	97,8	3,30	0,60	19,80
			Итого за прием пищи:	940	98	930,36	31,99	29,05	135,44
			Всего за день:	1596		1688,19	54,37	59,31	234,44

Экономист по Ценам
Зав. производством

Миргородская Д.А.

Смирнов