"Согласовано"
директор _____СОШ
_____/_____/

"Утверждаю" директор ООО
ТавдаПродукт_____/Г.В.Яковлева/

13.03.24 [redacted]

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикасе из птицы	90	59,48	14,5	14,8	0,6	194
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	150	21,44	2,7	5,8	31,60	189
кондитерка	17	7,63	0,4	0,5	5,4	28
Хлеб пшеничный		1,12	0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39
Чай с молоком	200	2,02	2,8	2,5	15,1	94
Итого		122.49	22.9	25.2	66,6	585,1
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикасе из птицы	100	66,97	18,5	18,7	0,7	245
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	180	26,26	3,2	7,7	37,9	234
кондт.		7,63	0,4	0,5	5,4	28
Хлеб пшеничный		1,12	0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39
Чай с молоком	200	2,02	2,8	2,5	15,1	94
Итого		134.8	27,4	31,0	73,0	680
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		0,00				
Дополнительное питание						
Борщ"Сибирский"со сметаной	250/5					

повар _____

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК						
Фрикасе из птицы	100	66,97	27,4	31,0	73,0	680
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	180	26,26	18,5	18,7	0,7	245
кондит	17	7,63	3,2	7,7	37,9	234
Хлеб пшеничный		1,12	0,4	0,5	5,4	28
Йогурт молочный	100	30,8	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	200	2,02	1,8	1,5	4,5	39
			2,8	2,5	15,1	94
Обед			37,6	30,7	117,4	897
Овощи натуральные(помидоры)	100	14,34	1,1	0,1	3,8	21
Борщ"Сибирский"со сметаной	250/5	16.30	3,5	4,7	18,0	128
Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	76,58	23,8	18,8	5,1	285
Пюре картофельное	180	14,03	3,9	5,9	26,7	175,5
Сок	200	20,44	0,4	0	22	90
Хлеб пшеничный		2,24	3	1	24	117
Хлеб ржаной		1,12	2	0	18	81
ИТОГО:		279,84	65	62	190	1576