"Согласовано"
директор _____Камева_____СОШ
_____/_____/

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

10.04.2024

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	58,99	14,5	14,8	0,6	194
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	150	26,26	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	12,63	2,8	2,5	15,1	94
Итого		137,43	22,9	25,2	66,6	585,1
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикасе из птицы	100	66,11	18,5	18,7	0,7	245
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	180	33,25	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	12,63	2,8	2,5	15,1	94
Итого		154,54	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			27,4	31,0	73,0	680
Фрикасе из птицы	100	66,11	18,5	18,7	0,7	245
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	180	33,25	3,2	7,7	37,9	234
кондит	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	12,63	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	14,92	3,5	4,7	18,0	128
Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	73,29	23,8	18,8	5,1	285
Пюре картофельное	180	13,20	3,9	5,9	26,7	175,5
Сок	200	15,09	0,4	0	22	90
Хлеб пшеничный		2,24	3	1	24	117
Хлеб ржаной		1,12	2	0	18	81
ИТОГО:		285,74	65	62	190	1576