"Согласовано"
директор _____Колесова_____СОШ
_____/_____/

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

11.04.2024

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

9 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Бутерброд с маслом	30/10	13,12	2,3	7,4	14,5	134
Суфле "Чизкейк"(творожное с печеньем) с молоком сгущенным	180/20	104,41	13,5	10,8	31,2	276
Чай с сахаром	200	2,83	0,2	0,0	15,0	61
		29,4	0,4	0,0	14,4	59
Итого		149,75	16,4	18,2	75,1	530,2
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд с маслом	30/10	13,12	2,3	7,4	14,5	134
Суфле "Чизкейк"(творожное с печеньем) с молоком сгущенным	200/20	113,94	16,3	11,9	34,3	310
Чай с сахаром	200	2,86	0,2	0,0	15,0	61
		29,4	0,4	0,0	14,4	59
Итого		159,32	19,2	19,3	78	563
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		0,00				
Дополнительное питание						
Щи из свежей капусты с картофелем,с курицей,со сметаной	250/10/5					
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл г	ЭЦ, ккал
Завтрак			19,2	19,3	78	563
Бутерброд с маслом	30/10	13,12	2,3	7,4	14,5	134
Суфле"Чизкейк"(творожное с печеньем) с молоком сгущенным	200/20	113,94	16,3	11,9	34,3	310
Чай с сахаром	200	2,86	0,2	0,0	15,0	61
		29,4	0,4	0,0	14,4	59
Обед			30,6	29,2	139,9	945
Салат из моркови и яблок	100	10,01	0,9	5,2	9,3	88
Щи из свежей капусты с картофелем,с курицей,со сметаной	250/10/5	22,23	5,8	6,5	12,0	130
Печень говяжья - по строгановски	120	50,4	14,3	12,9	4,4	191
Макаронные изделия отварные	180	7,82	3,8	3,4	41,1	210
Компот из кураги	200	12,53	0,9	0,0	31,3	129
Хлеб пшеничный		2,24	3	1	24	117
Хлеб ржаной		1,12	2	0	18	81
ИТОГО:		265,66	50	49	218	1508