

"Согласовано"
 директор Калмыча СОШ

"Утверждаю" директор ООО
 ТавадПродукт Г.В.Яковлева

15.04.2024

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

11 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	выход	Химический состав				
		белки, г	Жиры, г	Угл. г	Дл. ккал	Цена			белки, г	Жиры, г	Угл. г	Дл. ккал	
ЗАВТРАК 1-4 кл.													
Бутерброд с сыром	20/15	13,92	5,3	3,7	7,2	83	Бутерброд с сыром	20/20	13,81	16,7	16,8	86,4	563
Каша рисовая жидкая	200	30,90	6,4	7,2	27,0	198	Каша рисовая жидкая	200/5	30,90	6,4	7,2	27,0	198
Кофейный напиток	200	13,77	2,3	2,5	14,8	91	Кофейный напиток	200	13,77	2,3	2,5	14,8	91
Фруктовый сок	100	23,49	0,6	0,5	19,9	87	Фруктовый сок	100	23,49	0,6	0,5	19,9	87
Хлеб пшеничный	4	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	4	1,12	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41
<i>Обед</i>													
Итого													
		84,31	16,3	14,3	86,4	530	Салат из свежих помидоров	100	18,33	1	5	4	64
Завтрак 5-11 кл													
							Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/5	15,88	4,4	5,2	16,0	128
Бутерброд с сыром	20/20	13,81	5,7	6,2	7,2	107	Запеканка картофельная с мясом	200/5	131,6	20,2	26,9	26,7	430
Каша рисовая жидкая	200/5	30,90	6,4	7,2	27,0	198	Сок	200	20,44	0,4	0,0	22,0	90
Кофейный напиток	200	13,77	2,3	2,5	14,8	91	Хлеб пшеничный	200	2,24	3	1	24	117
Фруктовый сок	100	23,49	0,6	0,5	19,9	87	Хлеб ржаной	20	1,12	2	0	18	81
Хлеб пшеничный	4	1,12	1,0	0,3	8,1	39	ИТОГО:						
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41				48	55	202	1499
Итого													
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ													
Бутерброд с сыром	20/15												
Чай с сахаром	200												
Итого													
Дополнительное питание													
Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/5												
Итого													
повар _____													