"Согласовано"
директор _____ Колчева _____СОШ
_____/_____/

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

19.04.24

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

15 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.							*ЗАВТРАК*			19,6	21,6	93	645
Биточки рубленные из птицы	90/5	47,78	11,4	15,2	11,2	227	Биточки рубленные из птицы запеченные,с	100/5	53,26	12,6	16,5	12,4	249
Рис припущенный	150	13,97	3,7	3,6	29,7	166	Рис припущенный	180	16,86	4,4	4,3	35,0	197
Чай "Витаминный"	200	2,20	0,7	0,1	19,8	82,9	Чай "Витаминный"	200	2,20	0,7	0,1	19,8	82,9
Хлеб ржаной	20		0,7	0,1	0,4	41	фрукт	150	34,65	0,2	0,3	8,6	38
фрукт	150	34,65	0,2	0,3	8,6	38	Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб ржаной	20		0,7	0,1	0,4	41
Хлеб ржаной	20		0,7	0,1	0,4	41							
Итого		99,72	16,7	19,3	78,7	555	*Обед*			28	25	130	853
Завтрак 5-11 кл							Овощи свежие(огурцы)	100	13,20	1	0	2	11
Биточки рубленные из птицы запеченные,с маслом	100/5	53,26	12,6	16,5	12,4	249	Суп с крупой с курицей	250/10	22,01	6,5	6,4	20,1	164
Рис припущенный	180	16,86	4,4	4,3	35,0	197	Котлета рыбная запеченна	100	53,42	10,3	9,3	12,9	176
Чай "Витаминный"	200	2,20	0,7	0,1	19,80	82,9	Картофель толченный,по-деревенски	180	13,66	4,9	7,7	33,0	221
фрукт	150	34,65	0,2	0,3	8,6	38	Компот из свежих плодов	200	10,97	0,2	0,0	20,6	83
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	60	1,12	3	1	24	117
Хлеб ржаной	20		0,7	0,1	0,4	41	Хлеб ржаной	40		2	0	18	81
							ИТОГО:		222,58	47	46	93	625
Итого		108,09	19,6	21,6	93	645							
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ													
Бутерброд с сыром	20/15												
Чай с сахаром	200												
Итого		0,00											
Дополнительное питание													
Суп с крупой с курицей	250/10	20,55											
повар _____													