"Согласовано"
директор _____СОШ
_____/_____/

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

09.02.2024

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

5 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикадельки из кур	**100**	**49,16**	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая	**150**	**9,24**	1,7	4,5	24,3	149
Хлеб пшеничный	20	**2,24**	1,0	0,3	8,1	39
фрукт	20	**13,3**	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	**200**	**11,61**	2,8	2,5	15,1	94
Итого		**85,55**	17,4	18,3	76,7	545
Завтрак 5-11 кл						
Фрикадельки из кур	**100**	**52,48**	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая	**180**	**11,01**	2,0	5,4	29,2	173
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	**200**	**11,61**	2,8	2,5	15,1	94
фрукт	100	**13,30**	0,4	0,0	14,4	59
Итого		**90,64**	17,7	19,2	81,6	569
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
	20/15					
	200					
Итого		0				
Дополнительное питание						
Суп гороховый с гренками	**250/20**	**20,55**				

повар _____

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			17,7	19,2	81,6	569
Фрикадельки из кур	**100**	**52,48**	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая	**180**	**11,01**	2,0	5,4	29,2	173
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	**200**	**11,61**	2,8	2,5	15,1	94
фрукт(яблоко)	100	**13,3**	0,4	0,0	14,4	59
Обед			30	26	145	931
Овощи свежие (огурцы)	**100**		0,7	0,1	1,9	11
Суп гороховый с гренками	**250/20**	**11,37**	3,1	4,1	31,7	176
Биточки рыбные	**100**	**48,38**	15,5	12,9	14,4	236
Картофель толченный,по-деревенски	**180**	**15**	4,9	7,7	33	221
Сок	**200**	**19,88**	0,4	0,0	22,0	90
Хлеб пшеничный	60	**2,24**	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	**1,12**	2	0	18	81
ИТОГО:		**229,98**	47	45	226	1500