

"СОГЛАСОВАНО"
 Катеева
 СОШ
 Директор

"Утверждаю" Директор 000
 ТавдаПродукт /Г.В.Яковлева/
 13.02.2021

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

7 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. | | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 20/15 | 13,81 | 10,3 | 9,9 | 3,8 | 146 | Бутерброд с сыром | 20/20 | 17,49 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 |
| шницель из говядины | 100 | 46,73 | 3,2 | 2,8 | 34,3 | 175 | шницель из говядины | 100 | 51,56 | 10,3 | 9,9 | 3,8 | 146 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 7,72 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 39 | Макаронные изделия отварные | 180 | 9,08 | 3,8 | 3,4 | 41,1 | 210 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,12 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,12 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 39 |
| Сок | 200 | 20,44 | 1,0 | 0,0 | 6,0 | 25 | Сок | 200 | 20,44 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 |
| Фрукт | 180 | 12,88 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | Фрукт | 180 | 12,88 | 1,0 | 0,0 | 6,0 | 25 |
| Итого | | 102,71 | 5,3 | 3,7 | 7,2 | 83 | Икра кабачковая промышленного производства | 100 | 5,45 | 1,4 | 4,5 | 5,5 | 68 |
| Завтрак 5-11 кл | | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 20/20 | 17,49 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 | Суп с крупой с курицей | 250/10 | 18,84 | 6,5 | 6,4 | 20,1 | 164 |
| шницель из говядины | 100 | 51,56 | 10,3 | 9,9 | 3,8 | 146 | Жаркое по-домашнему | 200 | 71,56 | 15,7 | 17,9 | 32,3 | 353 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 9,08 | 3,8 | 3,4 | 41,1 | 210 | Компот из сухофруктов | 200 | 5,41 | 0,7 | 0,0 | 23,9 | 98 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,12 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 39 | Хлеб пшеничный | 60 | 2,24 | 3 | 1 | 24 | 117 |
| Сок | 200 | 20,44 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 | Хлеб ржаной | 40 | 1,12 | 2 | 0 | 18 | 81 |
| Фрукт | 180 | 12,88 | 1,0 | 0,0 | 6,0 | 25 | ИТОГО: | | 209,24 | 50 | 54 | 214 | 1544 |
| ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ | | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 20/15 | | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | | | | |
| Итого | | 0 | | | | | | | | | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из овощей с курицей,со сметаной | 250/10/4 | | | | | | | | | | | | |
| Итого | | 250/10/4 | | | | | | | | | | | |
| повар | | | | | | | | | | | | | |