"Согласовано"
директор _____ Колесова _____СОШ
_____/_____/

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

14.02.2024

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

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикасе из птицы	**90**	**63,52**	14,5	14,8	0,6	194
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	**150**	**26,21**	2,7	5,8	31,60	189
кондитерка	**17**	**7,55**	0,4	0,5	5,4	28
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	**100**	**30,8**	1,8	1,5	4,5	39
Чай с молоком	**200**	**11,61**	2,8	2,5	15,1	94
Итого		**140,79**	22,9	25,2	66,6	585,1
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикасе из птицы	**100**	**71,57**	18,5	18,7	0,7	245
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	**180**	**31,76**	3,2	7,7	37,9	234
кондт.	17	**7,55**	0,4	0,5	5,4	28
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	**100**	**30,8**	1,8	1,5	4,5	39
Чай с молоком	**200**	**11,61**	2,8	2,5	15,1	94
Итого		**154,40**	27,4	31,0	73,0	680
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		0,00				
Дополнительное питание						
Борщ"Сибирский"со сметаной	250/5					
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			27,4	31,0	73,0	680
Фрикасе из птицы	**100**	**71,57**	18,5	18,7	0,7	245
Рис припущенный с овощами"Мозайка"	**180**	**31.76**	3,2	7,7	37,9	234
кондит	**17**	**7,55**	0,4	0,5	5,4	28
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	**100**	**30,8**	1,8	1,5	4,5	39
Чай с молоком	**200**	**11,61**	2,8	2,5	15,1	94
Обед			37,6	30,7	117,4	897
Овощи натуральные(помидоры)	**100**	**17,08**	1,1	0,1	3,8	21
Борщ"Сибирский"со сметаной	**250/5**	**16,11**	3,5	4,7	18,0	128
Рыба запеченная со сметаной и сыром	**100**	**69,79**	23,8	18,8	5,1	285
Пюре картофельное	**180**	**1,51**	3,9	5,9	26,7	175,5
Сок	**200**	**20,44**	0,4	0	22	90
Хлеб пшеничный	60	**2,24**	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	**1,12**	2	0	18	81
ИТОГО:		**294,70**	65	62	190	1576