

"Согласовано"  
 директор Селева СОШ

"Утверждаю" директор 000  
 ТавадаПродукт /Г.В.Яковлева/

**20.02.2024**

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

**12 день**

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				наименование блюда	выход	цена	Химический состав				
		Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г				ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													
Салат из моркови с изюмом	80	9,42	1,0	0,1	12,8	56	Салат из моркови с изюмом	80	11,22	19,1	19,1	107,0	675
Гуляши из говядины	100	54,28	9,1	7,5	3,4	118	Гуляши из говядины	100	52,1	9,1	7,5	3,4	118
Каша гречневая отварная	150	15,84	3,1	6,6	32,0	200	Каша гречневая	150	19,26	3,1	6,6	32	200
Какао с молоком	200	15,52	3,4	3,2	21,2	127	Какао с молоком	200	15,52	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	20	1,12	1	0	8	39
Хлеб дарницкий	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	20	1,12	1	0	9	41
<b>Итого</b>													
	97,30		18,3	17,7	86,9	580	Салат картофельный с огурцами	80	8,46	2	5	8	85
<b>Завтрак 5-11 кл</b>													
							Уха ростовская	250/30	41,35	5,5	5,9	18,9	151
Салат из моркови с изюмом	100	11,22	1,2	0,1	15,0	68	Фрикадельки из кур	100	56,4	10,8	10,9	5,4	163
Гуляши из говядины	100	52,10	9,1	7,5	3,4	118	Макаронные изделия отварные	150	7,72	3,8	3,4	41,1	210
Каша гречневая отварная	180	19,26	3,7	7,9	50,0	286	Напиток из плодов шиповника	200	10,35	0,2	0,0	22,2	90
Какао с молоком	200	15,52	3,4	3,2	21,2	127	Хлеб пшеничный	60	2,24	3	1	24	117
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб ржаной	40	1,12	2	0	18	81
Хлеб дарницкий	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41							
<b>Итого</b>													
	104,34		19,1	19,1	107,0	675	<b>ИТОГО:</b>		232,73	46	46	245	1572
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>													
Бутерброд с сыром	20/15												
Чай с сахаром	200												
<b>Итого</b>													
		0,00											
<b>Дополнительное питание</b>													
Уха ростовская	250/30												
<b>повар</b>													