"Согласовано"
директор _____Комова_____СОШ
_____/_____/

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

27.02.2024

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

17 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Бутерброд с джемом	**20/25**	**13,81**	1,8	0,2	21	93
Запеканка из творога с молоком сгущенным	**180/20**	**117,81**	18,1	12,8	26,1	292
Чай с сахаром	**200**	**2,64**	0,2	0,0	15	60,8
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	1,0	0,3	8,1	39
йогурт	20	**30,8**	1,8	1,5	4,5	39
Итого		**166,18**	22,9	14,8	74,7	523
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд с джемом	**20/25**	**17,49**	1,8	0,2	21	93
Запеканка из творога с молоком сгущенным	**200/30**	**133,21**	19,9	14,1	28,7	321
Чай с сахаром	**200**	**3,43**	0,2	0,0	15	60,8
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**30,8**	1,8	1,5	4,5	39
Итого		**186,05**	24,7	16,1	77	552
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		**0**				
Дополнительное питание						
Суп крестьянский с крупой со сметаной	**250/5**					
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			24,7	16,1	77	552
Бутерброд с джемом	**20/25**	**17,49**	1,8	0,2	21	93
Запеканка из творога с молоком сгущенным	**200/30**	**133,21**	19,9	14,1	28,7	321
Чай с сахаром	**200**	**2,64**	0,2	0,0	15	60,8
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**30,8**	1,8	1,5	4,5	39
Обед			31	29	131	910
Салат из моркови с сыром	**100**	**16,40**	6	10	7	137
Суп крестьянский с крупой со сметаной	**250/5**	**12,73**	3,1	5,2	17,3	128
Фрикадельки рыбные с маслом	**100/5**	**58,17**	12,8	8,8	7,6	161
Рис припущенный	**180**	**13,34**	4,4	4,3	35,0	197
Сок	**200**	**19,88**	0,4	0,0	22	90
Хлеб пшеничный	60	**2,24**	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	**1,12**	2	0	18	81
ИТОГО:		**309,93**	56	45	208	1463