"Согласовано"
директор _____Колчева_____СОШ
_____/_____/

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

28.02.2024

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

18 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Бутерброд с сыром	**20//10**	**12,45**	5,3	3,7	7,2	83
Рагу из мяса	**200**	**74,68**	14,5	20,0	17,6	308
Кофейный напиток	**200**	**12,85**	2,3	2,5	14,8	91
Хлеб ржаной	20		0,2	0,3	8,6	38
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
фрукт	150	**14,00**	0,2	0,3	8,6	38
Итого		**115,1**	23,0	26,6	57,6	562
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд с сыром	**20/15**	**12,45**	5,7	6,2	7,2	107
Рагу из мяса	**250**	**82,16**	15,8	20,7	28,0	361
Кофейный напиток	**200**	**12,88**	2,3	2,5	14,8	91
фрукт	150	**14,00**	0,2	0,3	8,6	38
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Хлеб ржаной	20	**1,12**	0,2	0,3	8,6	38
Итого		**123,71**	25,7	30,1	76,1	677
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		**0**				
Дополнительное питание						
Свекольник со сметаной	**250/5**					
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			25,7	30,1	76,1	677
Бутерброд с сыром	**20/15**	**12,45**	5,7	6,2	7,2	107
Рагу из мяса	**250**	**82,16**	15,8	20,7	28,0	361
Кофейный напиток	**200**	**12,85**	2,3	2,5	14,8	91
фрукт	150	**14,00**	0,2	0,3	8,6	38
Хлеб пшеничный	20	**1,12**	0,7	0,1	9,4	41
Хлеб ржаной	20	**1,12**	0,2	0,3	8,6	38
Обед			27	29	137	918
Салат из свежих помидоров	**100**	**6,58**	1	5	4	64
Свекольник со сметаной	**250/5**	**15,56**	2,5	4,9	16,2	119
Котлета по- хлыновски	**100**	**52,58**	14,1	14,5	12,7	238
Макаронные изделия отварные	**180**	**7,72**	3,8	3,4	41,1	210
Кисель	**200**	**6,39**	0,3	0,2	21,5	89
Хлеб пшеничный	60	**2,24**	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	**1,12**	2	0	18	81
ИТОГО:		**215,89**	52	59	213	1595