"Согласовано"
директор _____СОШ
_____/_____/

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

07.03.2024

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

4 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Бутерброд с маслом	30/5	13.48	2,3	7,4	14,5	134
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	180/	105,63	15,5	12,9	31,7	305
Чай "Витаминный"	200	7,95	0,7	0,1	19,8	83
		22,65	0,4	0,00	14,4	59
Итого		149,71	18,9	20,4	80,4	581
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд с маслом	30/5	13,36	2,3	7,4	14,5	134
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/	117,78	18,5	14,4	44,0	380
Чай "Витаминный"	200	7,95	0,7	0,1	19,8	83
		22,65	0,4	0	14,4	59
Итого		161,74	21,9	21,9	92,7	656
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		0				
Дополнительное питание						
Свекольник со сметаной	250/5	20,55				

повар _____

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			21,9	21,9	92,7	656
Бутерброд с маслом	30/5	13,36	2,3	7,4	14,5	134
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/	117,78	18,5	14,4	44,0	380
Чай "Витаминный"	200	7,95	0,7	0,1	19,8	83
		22,65	0,4	0	14,4	59
			23	24	134	849
Обед						
салат из моркови	100	8,95	1,1	5,0	9,1	86
Свекольник со сметаной	250/5	11,83	2,5	4,9	16,2	119
Печень,тушеная в соусе	120	71,62	10,5	9,9	5,5	153
Макаронные изделия отварные	180	7,82	3,8	3,4	41,1	210
Хлеб пшеничный		2,24	3	1	24	117
Хлеб ржаной		1,68	2	0	18	81
Компот из свежих плодов	200	8,22	0,2	0	20,6	83,2
ИТОГО:		274,11	45,0	46,0	227,0	1505