"Согласовано"
директор _____СОШ
_____/_____/

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

11.03.2024

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

6 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	26,25	4,8	6,9	28,0	193
Кондитерское изделие		7,56	1,1	1,5	21,0	102
Кофейный напиток	200	13,8	2,3	2,5	14,8	91
Хлеб пшеничный		2,24	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной			0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39
Итого		80,65	11,7	12,8	85,8	505
Завтрак 5-11 кл						
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	26,43	4,8	6,9	28,0	193
Кондитерское изделие промышленного производства(булочка с маком)		11,34	1,1	1,5	21,0	102
Кофейный напиток	200	13,41	2,3	2,5	14,8	91
Хлеб пшеничный		2,24	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной			0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39
Итого		84,22	12,4	13,8	97	560
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		0				
Дополнительное питание						
Суп сырный со сметаной	250/					

повар _____

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК						
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	26,43	4,8	6,9	28,0	193
Кондитерское изделие промышленного	70	11,34	1,1	1,5	21,0	102
Кофейный напиток	200	13.41	2,3	2,5	14,8	91
Хлеб пшеничный		2,24	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной			0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	100	30,80	1,8	1,5	4,5	39
Обед						
салат из капусты	100	17.86	1,5	5,0	4,7	70
Суп сырный со сметаной	250/5	45.02	7,7	9,7	18,7	193
Мясо тушеное	100	55.99	10,3	9,9	3,8	146
Пюре картофельное	180	13.70	3,9	5,9	26,7	176
Компот из свежих плодов	200	8,22	0,2	0,0	20,6	83
Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117
фрукт(яблоко)	40	дек.92	2	0	18	81
ИТОГО:		213,70	41	46	227	1484