

"Согласовано"
Кашубова
 СОШ

"Утверждаю" Директор ООО
 ТавдаПродукт / Г.В.Яковлева /

12.03.2024

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

7 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав				
		веса	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ДЛ, ккал				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ДЛ, ккал	
Завтрак 1-4 кл.														
Бутерброд с сыром	20/15	13,81	10,3	9,9	3,8	146	Бутерброд с сыром	20/20	17,49	20,9	24,3	90,1	663	
Шницель из говядины	100	48,33	3,2	2,8	34,3	175	Шницель из говядины	100	53,33	5,7	6,2	7,2	107	
Макаронные изделия отварные	150	7,82	1,0	0,3	8,1	39	Макаронные изделия отварные	180	9,20	10,3	9,9	3,8	146	
Хлеб пшеничный	20	1,12	0,2	0,0	11,0	45	Хлеб пшеничный	20	1,12	3,8	3,4	41,1	210	
Сок	200	20,44	1,0	0,0	6,0	25	Сок	200	20,44	1,0	0,3	8,1	39	
Итого		16,07	0,1	0,2	5,7	25	Итого:		223,42	26,8	54	214	1544	
Итого 107,59 5,3 3,7 7,2 83														
Обед														
Завтрак 5-11 кл														
Икра кабачковая промышленного производства	100	4,72	1,4	4,5	5,5	68	Икра кабачковая промышленного производства	100	4,72	1,4	4,5	5,5	68	
Суп с крупой с курицей	250/10	19,64	6,5	6,4	20,1	164	Суп с крупой с курицей	250/10	19,64	6,5	6,4	20,1	164	
Жаркое по-домашнему	200	72,63	15,7	17,9	32,3	353	Жаркое по-домашнему	200	72,63	15,7	17,9	32,3	353	
Компот из сухофруктов	200	5,41	0,7	0,0	23,9	98	Компот из сухофруктов	200	5,41	0,7	0,0	23,9	98	
Хлеб пшеничный		2,24	3	1	24	117	Хлеб пшеничный		2,24	3	1	24	117	
Хлеб ржаной		1,12	2	0	18	81	Хлеб ржаной		1,12	2	0	18	81	
Итого:		223,42	50	54	214	1544	Итого:		223,42	50	54	214	1544	
Итого 117,65 20,9 24,3 90,1 663														
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ														
Бутерброд с сыром	20/15						Бутерброд с сыром	20/15						
Чай с сахаром	200						Чай с сахаром	200						
Итого		0					Итого		0					
Дополнительное питание														
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/4						Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/4						
повар							повар							