

"Согласовано"
 Директор Кашкина СОШ

"Утверждаю" директор ООО
 ТавадаПродукт Г.В.Яковлева

19.03.2024

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

12 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ДЦ, ккал			цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ДЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.													
Салат из моркови с изюмом	80	12,00	1,0	0,1	12,8	56	Салат из моркови с изюмом	80	14,53	1,0	0,1	12,8	56
Гуляш из говядины	100	58,93	9,1	7,5	3,4	118	Гуляш из говядины	100	59,02	9,1	7,5	3,4	118
Каша гречневая отварная	150	15,61	3,1	6,6	32,0	200	Каша гречневая	150	19,13	3,1	6,6	32	200
Какао с молоком	200	16,41	3,4	3,2	21,2	127	Какао с молоком	200	16,42	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб дарницкий	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41
Обед													
Итого													
		105,19	18,3	17,7	86,9	580	Салат картофельный с огурцами	80	8,64	2	5	8	85
Завтрак 5-11 кл													
							Уха ростовская	250/30	41,89	5,5	5,9	18,9	151
Салат из моркови с изюмом	100	14,53	1,2	0,1	15,0	68	Фрикадельки из кур	100	52,87	10,8	10,9	5,4	163
Гуляш из говядины	100	59,02	9,1	7,5	3,4	118	Макаронные изделия отварные	150	7,82	3,8	3,4	41,1	210
Каша гречневая отварная	180	19,13	3,7	7,9	50,0	286	Напиток из плодов шиповника	200	11,22	0,2	0,0	22,2	90
Какао с молоком	200	16,42	3,4	3,2	21,2	127	Хлеб пшеничный	60	2,24	3	1	24	117
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб ржаной	40	1,12	2	0	18	81
Хлеб дарницкий	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41							
Итого													
		111,34	19,1	19,1	107,0	675	Итого:		237,13	46	46	245	1572
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ													
Ватервогел с сыром	20/15												
Чай с сахаром	200												
Итого													
		0,00											
Дополнительное питание													
Уха ростовская	250/30												
повар													