"Согласовано"
директор _____Калиева_____СОШ
_____/_____/

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

20.03.2024

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

13 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Ц, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Овощи свежие(огурцы)	109	18,43	0,5	0,1	1,3	8
Суфле рыбное	90	65,69	12,8	9,0	3,9	147
Пюре картофельное	150	17,17	3,3	4,4	23,5	147
Сок	200	15,09	0,5	0,0	34,0	138
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41
Итого		115,62	24,1	26,2	113,9	787
Завтрак 5-11 кл						
Овощи свежие(огурцы)	100	23,04	0,7	0,1	1,9	11
Суфле рыбное	120	86,6	17,1	12,0	5,2	197
Пюре картофельное	180	15,98	3,9	5,9	26,7	176
Сок	200	15,09	0,5	0,0	34,0	138
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41
Итого		142,95	27,4	30,4	138,6	938
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15					
Чай с сахаром	200					
Итого		0,00				
Дополнительное питание						
Борщ"Украинский" с мясом,со сметаной	250/10/5					
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Ц, ккал
ЗАВТРАК			27,4	30,4	138,6	938
Овощи свежие(огурцы)	60	23,04	0,5	0,1	1,3	8
Суфле рыбное	90	86,60	12,8	9,0	3,9	148
Пюре картофельное	150	15,98	3,3	4,4	23,5	147
Сок	200	15,09	0,5	0,0	34	138
Хлеб пшеничный	20	1,12	1	0	8	39
Хлеб ржаной	20	1,12	1	0	9	41
Обед			27	30	139	938
Икра кабачковая промышленного производства	60	8,86	1	3	3	41
Борщ"Украинский" с мясом,со сметаной	250/10/5	29,89	4,9	5,9	19,7	152
Бефстроганов из говядины	100	53,25	12,5	10,9	5,6	171
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	150	20,20	2,7	5,8	31,6	189
Компот из ягод	200	7,22	0,5	0,2	28,1	116
Хлеб пшеничный	40	2,24	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	1,12	2	0	18	81
ИТОГО:		265,74	51	49	224	1539