АО "КСП Волна"
Ст.79 Школа № 345

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы _____

МЕНЮ

23.11.2021

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
	ЗАВТРАК - 63					
5/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРЕНОЙ	20/20	105	3,63	6,78	13,36
224/335/2008/2011	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ АБРИКОСОВЫМ	130/30	371	15,19	12,40	43,90
430/2008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0,20	0,10	15,00
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
	Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.		**588**	**19,46**	**19,72**	**83,04**
	ОБЕД - 110					
64/2008	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	60	86	1,92	4,18	5,64
76/2008	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/10	115	5,29	7,04	10,70
239/2008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	203	11,70	10,40	13,50
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	148	2,90	4,70	23,50
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,09	26,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
338/2011	ГРУША СВЕЖАЯ	100	47	0,40	0,30	10,30
	Итого за ОБЕД - 110 руб.		**838**	**26,41**	**28,72**	**110,03**
	ОБЕД - 173					
64/2008	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ,ВЕТЧИНА В ФОРМЕ	100/15	181	4,60	12,20	19,40
84/2013	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ,С КАРТОФЕЛЕМ,С ГОВЯДИНОЙ,СМЕТАНОЙ	250/15/5	197	5,67	5,44	35,10
249/2010	РЫБА(ФИЛЕ ТРЕСКИ) ЗАПЕЧЕНАЯ В ОМЛЕТЕ	100	262	15,64	13,00	17,87
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	164	3,60	4,27	23,57
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,09	26,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	71	2,17	0,79	13,68
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ	100	313	13,38	10,33	46,00
	Итого за ОБЕД - 173 руб.		**1 443**	**49,30**	**48,26**	**206,50**

Зам. директора _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____