

Утверждаю директор
Школа №



Меню

« 04 » мая 2023г.

День 9

Завтрак учащихся 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Рыба, тушенная в томате с овощами (из горбуши)	100/40	9,07	13,02	11,34	199,39	229	156,71
2	Пюре картофельное	120	2,22	3,50	14,28	97,91	312	11,77
3	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	3,96
4	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	2,24
5	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,82
	Дополнительное питание: молоко т/п 0,2, кондит. изделие в индивид. упаковке							38
	Итого за завтрак	520	15,91	19,97	77,03	548,05		216,50

Обед учащихся 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп с бобовыми	200	6,72	7,00	15,00	127,42	119	6,01
2	Рыба, тушенная в томате с овощами (из горбуши)	100/60	9,07	13,02	11,34	199,39	229	157,86
3	Пюре картофельное	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	14,75
4	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	3,96
5	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,16	9,84	47	Н	1,28
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
7	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,82
	Дополнительное питание: молоко т/п 0,2, кондит. изделие в индивид. упаковке							38
	Итого	725	23,52	27,94	103,16	728,89		227,78

Повар

Ирина Васильевна Иванова



Меню
« 04 » мая 2023г.
от 11 лет и старше 1 смена
9 день

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Рыба, тушенная в томате с овощами (из горбуши)	100/60	9,07	13,02	11,34	199,39	229	157,86
2	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312	17,65
3	Компот из св. фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	3,96
4	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
5	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,82
	Итого за завтрак	605	17,38	21,77	86,63	608,75		185,85

Повар *В. В. Селезнева*