



директор

Меню

« 12 » мая 2023 г.
5 день

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Салат из квашеной капусты	40	0,40	2,02	2,68	30,69	47	2,81
2	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249	44,70
3	Пюре картофельное	120	2,22	3,50	14,28	97,91	312	31,19
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,86
5	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	2,24
6	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,40
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)	270						38
	Итого за завтрак	515	18,74	20,86	72,56	585,17		132,20

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	6,24	7,44	24,50	146,9	82	8,88
2	Рагу из птицы (курица)	240	16,85	19,01	21,98	351,07	289	41,34
3	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
4	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
6	Фрукты св. (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	10,4
7	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)							38
	Итого за обед	810	28,78	27,28	111,60	767,61		113,42

Повар

В. Васильев



Меню

« 12 » мая 2023г.

5 день

Завтрак учащихся от 12 до 18 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Салат из квашеной капусты	75	0,74	3,79	5,02	57,55	47	11,38
2	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249	44,70
3	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312	18,73
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,86
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
Итого за завтрак		625	21,02	24,50	89,48	694,13		91,33

сш. н.с. *Юлия Беломошкова*