

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		05 марта 2024				день 2	
№ сборника рецептур	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность	цена
	завтраки		Белки	Жиры	Углевод ы		
возрастная категория		от 7 лет до 11 лет					
завтраки							
	запеканка из творога.соус ягодный	180	23,75	13,88	30,83	3459,33	78,12р.
	булочка с маком.сыр	65	6,64	4,83	19,32	148,6	37,81р.
	чай с молоком	200	1,82	1,42	13,74	75,65	7,63р.
	груша	209	0,83	0,62	21,53	98,23	56,82р.
		итого	33,04	20,75	85,42	3781,81	180,38р.
обед							
	салат из цв.капусты.помидоров и зелены	60	1	5,08	2,2	59,53	27,37 Р
	рассольник ленинградский с говядиной	210	3,86	7,78	13,73	135,89	23,41 Р
	запеканка картоф.с субпродуктами.с соусом	270	24,15	17,38	42,78	425,95	65,12 Р
	сок	200	1	0,2	20,2	92	24,00 Р
	хлеб белый	20	1,58	0,2	9,66	47	4,00 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	5,11 Р
		итого	34,89	31,24	108,39	859,37	149,01 Р
полдник							
	пирожок с капустой	80	9,78	7,63	25,18	208,34	55,92 Р
685	чай с лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,81 Р
	киви	100	0,8	0,4	8,1	47	40,19 Р
		итого	10,84	8,06	44,54	303,13	99,92 Р
возрастная категория		от 12 лет до 18 лет					
завтрак							
	запеканка из творога.соус ягодный	230	29,29	13,4	23,85	339,6	96,26р.
	булочка с маком.сыр	65	6,64	4,83	19,32	148,6	37,81р.
	чай с молоком	200	1,82	1,42	13,74	75,65	8,02р.
	груша	209	0,83	0,62	21,53	98,23	56,49р.
	0						
		итого	38,58	20,27	78,44	662,08	198,58 Р
обед							
	салат из цв.капусты.помидоров и зелены	100	1,67	8,47	3,67	99,22	44,98 Р
	рассольник ленинградский с говядиной	260	4,32	9,11	17,13	163,37	24,63 Р
	запеканка картоф.с субпродуктами.с соусом	310	28,18	13,92	49,96	493,34	74,10 Р
	сок	180	1	0,2	20,2	92	24,00 Р
	хлеб белый	30	2,37	0,3	14,49	70,5	4,20 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	6,94 Р
	0						
		итого	40,84	32,6	125,27	1017,43	178,85 Р