

Утверждаю
Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

М.И.Каулин

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"

17 апреля**день 5**

		17 апреля				день 5	
сборника рецепт	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность	цена
	завтраки		Белки	Жиры	Углеводы		
	возрастная категория		от 7 лет до 11 лет				
завтраки							
	биточки из феле куриного	90	14,3	6,86	9,58	154,72	43,80р.
	рагу овощное	150	3,07	8,42	17,94	160,95	15,50р.
	какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	14,96р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	144	0,57	0,57	14,11	67,68	30,49р.
	итого		24,97	19,35	77,14	586,8	110,47р.
обед							
	салат из морской кап.с яйцом	60	1,26	7,3	3,79	86,2	4,80р.
	суп картофельный с мясными фрикадельками	250	6,72	5,96	18,22	154,07	20,70р.
	жаркое по-домашнему	240	22,05	14,17	25,47	317,96	104,77р.
	морс из св.ягод	200	0,14	0,1	12,62	53,09	10,79р.
	хлеб белый	20	1,58	0,2	9,66	47	2,86р.
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40р.
	итого		35,05	28,33	89,58	757,32	151,32р.
полдник							
	булочка с творогом	75	7,66	11,22	32,29	261,29	18,59р.
685	снежок	200	5,4	5	21,6	158	49,50р.
	апельсин	290	1,35	0,3	12,15	64,5	72,80р.
	итого		14,41	16,52	66,04	483,79	140,89р.
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	биточки из феле куриного	100	14,65	5,57	8	137,5	46,31р.
	рагу овощное	180	3,72	9,51	21,71	188,68	18,70р.
	какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	14,96р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	144	0,57	0,57	14,11	67,68	30,49р.
	0						
	итого		25,97	19,15	79,33	597,31	116,18р.
обед							
	салат из морской кап.с яйцом	100	2,05	6,96	6,31	96,7	7,91р.
	суп картофельный с мясными фрикадельками	250	6,72	5,96	18,22	154,07	20,70р.
	жаркое по-домашнему	280	29,63	17,94	30,16	401,38	120,23р.
	морс из св.ягод	200	0,14	0,1	12,62	53,09	10,79р.
	хлеб белый	30	2,37	0,3	14,49	70,5	3,86р.
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40р.
	0						
	итого		44,21	31,86	101,62	874,74	170,89р.

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В