

Утверждаю

Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		22 апреля 2024				суббота, 22 апреля 2024 г. 9:58	
сборники ка рецепты	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность	цена
	завтраки		Белки	Жиры	Углеводы		
	возрастная категория		от 7 лет до 11 лет				
завтраки							
	каша молочная рисовая	210	5,74	6,53	45,44	264,14	18,24р.
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,20р.
	чай слимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,80р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	144	0,57	0,57	14,11	67,68	31,36 Р
		итого	18,37	23,81	90,54	657,11	87,32р.
обед							
	салат из свеклы с горошком консер	60	1	5,11	4,94	69,95	11,10 Р
	борщ с капустой св.куры	250	3,57	10,19	10,31	147,93	21,76 Р
	бифштекс с соусом сметанно-томатным	90/30	17,88	17,15	3,19	238,86	69,18 Р
	макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	10,31 Р
	компот из св ягод	200	0,16	0,04	13,1	54,29	10,19 Р
	хлеб белый	20	1,58	0,2	9,66	47	2,86 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40 Р
		итого	33,32	33,98	98,39	836,17	132,80 Р
полдник							
	пудинг творожный	75	8,41	9,29	41,03	281,94	32,10 Р
685	ацидофилин	200	0,26	0,03	11,26	47,79	52,00 Р
	виноград	114	0,77	2,11	24,46	92,59	54,72 Р
		итого	9,44	11,43	76,75	422,32	138,82 Р
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	каша молочная рисовая	210	5,74	6,53	45,44	264,14	18,24р.
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,20р.
	чай слимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,80р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	144	0,57	0,57	14,11	67,68	31,36 Р
	0						
		итого	18,37	23,81	90,54	657,11	87,32 Р
обед							
	салат из свеклы с горошком консер	100	1,67	8,52	8,23	116,58	17,55 Р
	борщ с капустой св.куры	250	4	11,6	12,89	172,81	21,76 Р
	бифштекс с соусом сметанно-томатным	100/30	20,29	19,24	3,3	267,63	75,68 Р
	макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	11,75 Р
	компот из св ягод	200	0,16	0,04	13,1	54,29	10,19 Р
	хлеб белый	30	1,58	0,2	9,66	47	3,86 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40 Р
	0						
		итого	38,92	41,14	117,76	1000,67	148,19 Р

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В