

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		09 апреля 2024					день 19	
№ 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								
	каша гречневая молочная	210	8,61	7,61	41,54	276,34	20,24р.	
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,20р.	
	чай с лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	4,16р.	
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.	
	яблоко	153	0,61	0,61	14,99	71,91	31,88 Р	
		итого	21,28	24,93	87,52	673,54	90,20р.	
обед								
	салат из цв.капусты.помидоров и з	60	1	5,08	2,2	59,53	29,34 Р	
	борщ с фасолью с говядиной	250	6,25	10,36	16,44	180,73	29,63 Р	
	куриное феле в сырном соусе	90	16,14	13,43	0,72	186,71	59,13 Р	
	макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	10,31р.	
	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	34,26	30,4	99,31	806,4	148,86 Р	
полдник								
	пудинг творожный	75	12,89	9,43	12,3	188,27	31,26 Р	
685	ацедофин	200	5,8	5	8,2	106	52,00 Р	
	киви	100	0,8	0,4	8,1	47	34,04 Р	
		итого	19,49	14,83	28,6	341,27	117,30 Р	
	возрастная категория		от 12лет до 18 лет					
завтрак								
	каша гречневая молочная	220	8,61	7,61	41,54	276,34	20,24р.	
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,20р.	
	чай с лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	4,16р.	
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.	
	яблоко	153	0,61	0,61	14,99	71,91	31,88 Р	
	0							
		итого	21,28	24,93	87,52	673,54	90,20 Р	
обед								
	салат из цв.капусты.помидоров и з	100	1,67	8,47	3,67	99,22	41,00 Р	
	борщ с фасолью с говядиной	250	6,25	10,36	16,44	180,73	29,63 Р	
	куриное феле в сырном соусе	100	17,93	14,92	0,8	207,46	64,70 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	20	1,58	0,2	9,66	47	2,86 Р	
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40 Р	
	0							
		итого	38,81	35,53	114,25	931,06	167,53 Р	