



Меню на 27.12.2024 г.

Завтрак

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Стоимость, руб.	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Стоимость, руб.
1	ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	80	9,6	0,88	0,16	3,04	15,86	100	12	1,1	0,2	3,8	19,83
2	ТК	Гратен из печени	90	206	15,99	10,15	6,71	41,73	120	245,4	21,32	13,53	8,95	55,65
3	205	Макароны отварные с овощами	150	188,4	5,17	5,99	28,52	8,58	180	226,08	6,2	7,19	34,22	9,76
4	ТК	Сок натуральный вишневый	180	76,32	0,9	0,00	18,18	10,06						
5	ТК	Сок натуральный яблочный							180	76,32	0,9	0,00	18,18	10,06
6	ТК	Хлеб пшеничный	30	71,7	2,1	0,6	15	2,77	30	71,7	2,1	0,6	15	2,76
7	ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	42	1,2	0,2	9	2,12	30	63	1,8	0,3	13,5	3,07
		Итого:	550	594,02	26,24	17,1	80,45	81,12	640	694,5	33,42	21,82	93,65	101,13

1-4 классы

5-9 классы

Обед

1	29	Салат по сезону (салат из свежих овощей)	60	56	1,15	0,9	3,8	10,99						
2	24	Салат по сезону (салат из свежих помидор)							100	77,7	0,75	6,02	2,35	23,34
3	110	Борщ с капустой и картофелем	200	84,8	1,6	4,16	4,16	10,47	250	106	2	5,2	5,2	13,09
4	ТК	Рыба (минтай), запеченная с маслом	95	225,6	14,58	13,59	3,96	52,16	120	256,8	19,39	13,29	5,19	62,52
5	204	Картофель отварной с луком	150	181,25	3,2	8,4	26,1	21,91						
6	54-11Г	Пюре картофельное							180	167,28	3,84	6,24	23,76	18,91
7	338	Напиток витаминизированный	200	52,22	0,44	0,44	10,89	13,36	200	100,5	3,17	2,78	15,95	9,77
8	ТК	Кофейный напиток												
9	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	47	0,4	0,4	9,8	9,50						
10	ТК	Хлеб пшеничный	40	95,6	2,8	0,8	20	3,69	50	119,5	3,5	1	25	5,24
11	ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	63	1,8	0,3	13,5	3,18	40	84	2,4	0,4	18	4,10
		Итого:	875	805,47	25,97	28,99	92,21	125,26	940	911,78	35,05	34,93	95,45	136,97