


Утверждаю
А.Н.Силангьев
Директор школы

Меню на 01.03.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	21.20	185	17.68	15.70	27.74
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.60	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	40	4.10	42	1.20	0.48	8.24
Обед	закуска	12	Сыр порционно	40	22.34	72	5.30	5.50	0.00
	1 блюдо	132	Салат из кукурузы	60	4.00	96	1.55	5.08	9.4
	2 блюдо	437	Рассольник «Ленинградский»	250	8.49	167	4.82	6.92	20.00
	гарнир	41	Птица тушеная	80	19.19	150	10.63	7.74	2.19
	гор.напиток	685	Макаронны отварные	200	6.35	145	49.58	1.18	33.12
	хлеб бел.	тк №1	Сок	200	16.93	78	2	0	14.6
ИТОГО	хлеб черн.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.76	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	40	1.28	76	2.64	0.44	15.04
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	113,00	185	17.68	15.70	27.74
	напиток	685	Чай с сахаром	200	20.91	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	3.60	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	40	1.93	42	1.20	0.48	8.24
Обед	закуска	12	Сыр порционно	40	3.10	72	5.30	5.50	0.00
	1 блюдо	132	Яйцо	60	22.00	63	5.08	4.60	0,28
	2 блюдо	437	Салат из кукурузы	60	6.46	96	1.55	5.08	9.4
	гарнир	41	Рассольник «Ленинградский»	300	6.93	167	4.82	6.92	20.00
	гор.напиток	868	Птица тушеная	100	10.49	150	10.63	7.74	2.19
	хлеб бел.	тк №1	Макаронны отварные	200	21.60	145	49.58	1.18	33.12
ИТОГО	хлеб черн.	тк №1	Компот из сухофруктов	200	9.85	94.2	0.04	0.00	24.76
			Хлеб пшеничный	40	10.00	76	2.64	0.44	15.04
			Хлеб ржаной	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
				40	2.70	76	2.64	0.44	15.04
					121,50				

Повар:  /М.В.Соколова