

Утверждаю

Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		12 марта				день 5	
сборни ка рецепт	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетич еская ценность	цена
	завтраки		Белки	Жиры	Углевод ы		
	возрастная категория		от 7 лет до 11 лет				
завтраки							
	биточки из феле куриного	90	14,3	6,86	9,58	154,72	43,30р.
	рагу овощное	150	3,07	8,42	17,94	160,95	12,62р.
	какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	15,08р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	3,53р.
	яблоко	86	0,3	0,3	8,4	40,42	18,73 Р
		итого	24,7	19,08	71,43	559,54	93,26р.
обед							
	салат из морской кап.с яйцом	60	1,26	7,3	3,79	86,2	8,38 Р
	суп картофельный с мясными фрикаделька	220	3,05	7,49	17,44	149,67	23,02 Р
	жаркое по-домашнему	210	22,05	14,17	25,47	317,96	89,69 Р
	морс из св ягод	200	0,14	0,1	12,62	53,09	8,83 Р
	хлеб белый	20	1,58	0,2	9,66	47	3,10 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	4,89 Р
		итого	31,38	29,86	88,8	752,92	137,91 Р
полдник							
	булочка с творогом	75	7,66	11,22	32,29	261,29	16,91 Р
685	снежок	200	5,4	5	21,6	158	49,50 Р
	апельсин	148	1,35	0,3	12,15	64,5	37,73 Р
		итого	14,41	16,52	66,04	483,79	104,14 Р
	возрастная категория		от 12лет до 18 лет				
завтрак							
	биточки из феле куриного	100	14,65	5,57	8	137,5	48,16р.
	рагу овощное	180	3,72	9,51	21,71	188,68	15,49р.
	какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	13,97р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	4,29р.
	яблоко	87	0,3	0,3	8,4	40,42	19,65 Р
	0						
		итого	25,7	18,88	73,62	570,05	101,56 Р
обед							
	салат из морской кап.с яйцом	100	2,05	6,96	6,31	96,7	10,46 Р
	суп картофельный с мясными фрикаделька	250	6,72	5,96	18,22	154,07	24,58 Р
	жаркое по-домашнему	260	29,63	17,94	30,16	401,38	110,33 Р
	морс из св ягод	200	0,14	0,1	12,62	53,09	8,45 Р
	хлеб белый	30	2,37	0,3	14,49	70,5	5,10 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,35 Р
	0						
		итого	44,21	31,86	101,62	874,74	166,27 Р

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В