

Утверждаю

Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

М.И. Каулин

МБОУ

"СШ ВУЛКАННОГО
ГП"**МЕНЮ**

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		22 марта				день 13	
сборника рецепт	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность	цена
	завтраки		Белки	Жиры	Углеводы		
	возрастная категория		от 7 лет до 11 лет				
завтраки							
	биточки из феле куриного	90	14,3	6,86	9,58	154,72	43,27р.
	рагу овощное	150	3,07	8,42	17,94	160,95	15,50р.
	чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93	2,57р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	груша	233	0,93	0,69	23,99	109,51	62,97 Р
	итого	21,76	16,43	83,33	573,11		130,03р.
обед							
	салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,76	3,12	2,73	42,71	21,42 Р
	суп картоф.с макаронами.говядиной	250	4,9	5,93	20,94	152,08	23,78 Р
	пельмени рыбные с маслом	200	15,66	18,32	63,54	421,37	93,60 Р
	компот из св ягод	200	0,2	0,08	12,44	52,69	10,19 Р
	хлеб белый	20	1,58	0,2	9,66	47	3,86 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	8,40 Р
	итого	26,4	28,25	129,13	814,85		161,25 Р
полдник							
	пудинг творожный	75	12,89	9,43	12,3	188,27	32,10 Р
685	йогурт	250	8,2	3	11,8	114	69,25 Р
	киви	107	0,8	0,4	8,1	47	38,59 Р
	итого	21,89	12,83	32,2	349,27		139,94 Р
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	биточки из феле куриного	100	14,65	5,57	8	137,5	46,72р.
	рагу овощное	180	3,72	9,51	21,71	188,68	18,70р.
	чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93	2,57р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	груша	233	0,93	0,69	23,99	109,51	62,97 Р
	0						
	итого	22,76	16,23	85,52	583,62		136,68 Р
обед							
	салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,27	3,19	4,52	53,07	35,65 Р
	суп картоф.с макаронами.говядиной	210	4,9	5,93	20,94	152,08	23,78 Р
	пельмени рыбные с маслом	240	18,91	21,54	58,46	502,49	112,32 Р
	компот из св ягод	200	0,2	0,08	12,44	52,69	10,19 Р
	хлеб белый	30	2,37	0,3	14,49	70,5	3,86 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	8,40 Р
	0						
	итого	30,95	31,64	130,67	929,83		194,20 Р

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В