

Утверждаю

Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП" М.И.Каулин

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		19 марта 2024				день 10	
№ 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							
	сардельки отварные с маслом	122	11,52	23,16	0,99	279,9	89,76р.
	картофель по-деревенски	150	4,5	3,9	36,68	200,22	16,23р.
	какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	15,08р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	114	0,45	0,45	11,17	53,58	24,73 Р
		итого	23,5	31,01	84,35	737,15	151,52р.
обед							
	салат витаминный	60	1,26	5,11	3,76	66,19	8,62 Р
	суп картофель с фасолью консерв.и говядиной	250/20	7,5	8,1	19,21	176,61	24,83 Р
	рагу из овощей с курицей	240	22,18	19,4	20,53	347,62	68,42 Р
	морс из св.ягод	200	0,14	0,1	12,62	53,09	11,09 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	35,96	33,51	85,6	789,51	123,22 Р
полдник							
	бутерброд с икрой красной	55	8,77	10,53	11,52	175,93	123,19 Р
685	чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93	3,71 Р
	груша	225	0,9	0,67	23,17	105,75	66,82 Р
		итого	9,97	11,26	47,19	335,61	193,72 Р
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	сардельки отварные с маслом	122	11,52	23,16	0,99	279,9	89,76р.
	картофель по-деревенски	180	5,4	3,48	44,02	229,48	19,72р.
	какао на молоке	200	0,3	0,06	12,5	53,93	15,08р.
	хлеб белый	50	3,24	7,65	19,45	160,1	5,72р.
	яблоко	114	0,45	0,45	11,17	53,58	24,73 Р
		0					
		итого	20,91	34,8	88,13	776,99	155,01 Р
обед							
	салат витаминный	100	2,1	5,18	7,77	86,35	13,59 Р
	суп картофель с фасолью консерв.и говядиной	250/20	7,5	8,1	19,21	176,61	24,83 Р
	рагу из овощей с курицей	280	25,88	22,63	23,95	405,56	78,93 Р
	морс из св.ягод	200	0,14	0,1	12,62	53,09	11,09 Р
	хлеб белый	30	2,37	0,3	14,49	70,5	2,86 Р
	хлеб серый	40	3,3	0,6	19,82	99	7,40 Р
		0					
		итого	41,29	36,91	97,86	891,11	138,70 Р

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В