

Утверждаю
Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

М.И.Каулин

МЕНЮ
МБОУ "СШ Вулканного ГП"

16 апреля 2024

день 4

		16 апреля 2024				день 4	
№ сборника рецептур	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							
	омлет натуральный.масло сл.сыр	75	9,12	17,48	1,03	195,89	30,22р.
	хлопья кукурузные с молоком	200	6,45	4,59	22,76	160,02	29,79р.
	чай слимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,81р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	груша	284	1,44	0,32	12,96	68,8	75,75 р
		итого	20,43	22,82	67,33	566,5	145,29р.
обед							
	салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,76	3,1	2,73	42,7	21,42 р
	суп крестьянский с говядиной со сметаной	220	3,9	9,2	12,03	141,95	22,10 р
	куриное филе в сырном соусе	90	16,14	13,43	0,72	186,71	59,13 р
	макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	10,31 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
	напиток из шиповника	200	0,54	0,22	18,71	89,33	7,80 р
		итого	32,05	27,44	101,04	785,83	131,02 р
полдник							
	лепешка с сыром	50	10,31	9,15	24,19	221,96	29,00 р
685	сок	200	1	0,2	20,2	92	24,00 р
	яблоко	175	0,4	0,4	9,8	47	38,11 р
		итого	11,71	9,75	54,19	360,96	91,11 р
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	омлет натуральный.масло сл.сыр	75	9,12	17,48	1,03	195,89	30,22р.
	хлопья кукурузные с молоком	210	6,45	4,59	22,76	160,02	29,79р.
	чай слимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,81р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	груша	284	1,44	0,32	12,96	68,8	75,75 р
		итого	20,43	22,82	67,33	566,5	145,29 р
обед							
	салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,27	3,19	4,52	53,07	34,35 р
	суп крестьянский с говядиной со сметаной	270	4,3	10,25	14,91	164,65	22,10 р
	куриное филе в сырном соусе	100	17,93	14,92	0,8	207,46	64,38 р
	макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	11,75 р
	хлеб белый	30	2,37	0,3	14,49	70,5	4,29 р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40 р
	напиток из шиповника	200	0,54	0,22	18,71	89,33	7,80 р
		0					
		итого	37,63	30,42	124,01	927,37	152,07 р

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В