

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		12 апреля 2024					денег 3* 96 руб	
№ 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								
	котлета Морячок с соусом сметанным	90/30	13	8,7	13,48	186,57	38,88р.	
	картофель отварной	150	3,14	6,05	25,2	168,16	17,05р.	
	чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93	2,57р.	
	хлеб белый.масло сл	50	3,24	7,65	19,45	160,1	14,62р.	
	груша	228	0,91	0,68	23,48	107,16	61,62 Р	
		итого	20,59	23,14	94,11	675,92	134,74р.	
обед								
	салат из овощей с кукурузой	60	0,82	5,18	2,71	60,91	15,65 Р	
	борщ с кур.и сметаной	250	4	11,6	12,89	172,81	22,76 Р	
	пельмени мясные с маслом	200	21,36	16,77	41,75	403,19	87,20 Р	
	кисель	200	0,2	0,08	12,44	52,69	6,00 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	31,26	34,43	99,27	835,6	141,87 Р	
полдник								
	пудинг творожный	75	12,89	9,43	12,3	188,27	32,26 Р	
685	йогурт	250	8,2	3	11,8	114	66,86 Р	
	виноград	116	0,6	0,6	15,4	72	55,68 Р	
		итого	21,69	13,03	39,5	374,27	154,80 Р	
	возрастная категория		от 12лет до 18 лет					
завтрак								
	котлета Морячок с соусом сметанным	100/30	14,99	10	15,2	211,4	42,20р.	
	картофель отварной	180	3,72	0,74	30,32	143,22	19,56р.	
	чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93	2,57р.	
	хлеб белый.масло сл	50	3,24	7,65	19,45	160,1	14,62р.	
	груша	228	0,91	0,68	23,48	107,16	61,62 Р	
	0							
		итого	23,16	19,13	100,95	675,81	140,57 Р	
обед								
	салат из овощей с кукурузой	100	1,37	8,63	4,52	101,52	25,08 Р	
	борщ с кур.и сметаной	250	4	11,6	12,89	172,81	22,76 Р	
	пельмени мясные с маслом	240	25,65	19,62	50,14	470,5	103,04 Р	
	кисель	200	0,2	0,08	12,44	52,69	6,00 Р	
	хлеб белый	30	1,58	0,2	9,66	47	2,86 Р	
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	7,40 Р	
	0							
		итого	36,1	40,73	109,47	943,52	167,14 Р	

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В