

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		08 апреля 2024				день 20	
№ 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							
	сардельки отварные с маслом	140	11,52	23,16	0,99	279,9	104,16р.
	макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	10,31р.
	какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	13,64р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	груша	139	0,55	0,41	14,31	65,33	36,56 Р
		итого	24,93	27,76	88,18	727,82	170,39р.
обед							
	салат витаминный	60	1,26	5,11	3,76	66,19	8,62 Р
	суп картофель с рыбными консервами	250	6,14	6,76	14,74	144,69	17,95 Р
	рагу из овощей с говядиной	240	24,8	15,9	18,32	317,03	110,63 Р
	кисель	200	0,14	0,1	12,62	53,09	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	37,22	28,67	78,92	727	153,46 Р
полдник							
	бутерброд с икрой красной	55	8,77	10,53	11,52	175,93	95,69 Р
685	чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93	3,71 Р
	груша	141	0,9	0,67	23,17	105,75	38,10 Р
		итого	9,97	11,26	47,19	335,61	137,50 Р
возрастная категория			от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	сардельки отварные с маслом	140	11,52	23,16	0,99	279,9	104,16р.
	макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	11,75р.
	какао на молоке	200	0,3	0,06	12,5	53,93	13,64р.
	хлеб белый	50	3,24	7,65	19,45	160,1	5,72р.
	груша	139	0,55	0,41	14,31	65,33	36,56 Р
	0						
		итого	23,53	32,22	98,01	802,62	171,83 Р
обед							
	салат витаминный	100	2,1	5,18	7,77	86,35	13,59 Р
	суп картофель с рыбными консервами	250	6,14	6,76	14,74	144,69	17,95 Р
	рагу из овощей с говядиной	280	22,88	18,55	21,37	369,87	125,44 Р
	кисель	200	0,14	0,1	12,62	53,09	6,00 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	36,93	31,49	90,81	823,5	173,24 Р