

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		15 апреля 2024				день 1	
№ 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							
	каша молочная из смеси круп	200/5/5	6,11	6,89	38,84	242,54	19,09р.
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,21р.
	чай ягодный	200	0,25	0,06	11,62	48,63	5,59р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	151	0,92	0,69	23,89	109,04	31,88 Р
		итого	19,08	24,32	94,08	677,71	90,49р.
обед							
	помидоры в соб/соку	60	3,7	3,47	5,87	69,81	7,86 Р
	суп гороховый с курицей	250	6,6	7,98	15,42	160,09	13,72 Р
	котлета домашняя с соусом	100	15,9	14,91	13,99	254,41	61,55 Р
	каша гречневая рассыпчатая	150	6,96	4,72	31,46	195,84	7,79 Р
	компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	8,04 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	38,82	31,93	114,85	904,84	109,22 Р
полдник							
	пицца школьная	80	8,41	9,29	41,03	281,94	28,21 Р
685	чай с лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,13 Р
	апельсин	222	0,77	2,11	24,46	92,59	56,38 Р
		итого	9,44	11,43	76,75	422,32	87,72 Р
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	каша молочная из смеси круп	210/5/5	6,11	6,89	38,84	242,54	19,09р.
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,21р.
	чай ягодный	200	0,25	0,06	11,62	48,63	5,59р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	груша	232	0,92	0,69	23,89	109,04	31,88 Р
		0					
		итого	19,08	24,32	94,08	677,71	90,49 Р
обед							
	помидоры в соб/соку	100	6,17	5,78	9,78	116,35	12,10 Р
	суп гороховый с курицей	265	7,74	8,8	13,28	188,01	13,72 Р
	котлета домашняя с соусом	110	18,55	17,22	15,72	292,66	67,30 Р
	каша гречневая рассыпчатая	180	8,1	5,74	36,61	230,17	8,73 Р
	компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	8,04 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
		0					
		итого	46,22	38,39	123,5	1051,88	120,15 Р