

МЕНЮ

(1шт)

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эв. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
130	Запеканка из творога <small>творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сахар ванилин, сметана</small>	ЭЦ-415, Бел-25, Жир-24, Угл-25		223
20	Сгущённое молоко	ЭЦ-320, Бел-8, Жир-9, Угл-54		579
200	Кофейный напиток <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			61-01	
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, помидор, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-82, Бел-1, Жир-4, Угл-10		82
170	Плов из курицы <small>куриное-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, помидор</small>	ЭЦ-378, Бел-17, Жир-21, Угл-30		291
35	Салат из моркови с сахаром <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-29, Угл-4		62
200	Сок фруктовый или ягодный	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Обед			90-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р				
200	Борщ с капустой и картофелем. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, помидор, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-82, Бел-1, Жир-4, Угл-10		82
200	Сок фруктовый или ягодный	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за день			181-40	
Итого за день			30-39	
Итого за день			ЭЦ-2 045, Бел-71, Жир-68, Угл-278	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шыковалов
Н.Н.

