

директор филиала "СОШ с. Антипино"
/Л.В.Кукарская

"Утверждено" директор ООО
ТавдалПродукт  /Т.В.Яковлева/

1.03.2024T.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

20 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					Наименование блюда	Выход	Химический состав				
		Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.													
Яйца вареные	40	10,08	5,1	4,6	0,3	63	Яйца вареные	40	10,03	5,1	22,3	81,0	625
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	90	52,69	11,3	9,8	11,9	181	Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	59,28	14,1	10,3	15,2	210
Каша гречневая	150	8,62	1,7	4,5	24,3	149	Каша гречневая	180	11,07	2,0	5,4	29,2	173
Хлеб пшеничный	20	2,62	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	20	2,62	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	0,54	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	20	0,54	0,7	0,1	9,4	41
Чай с сахаром	200	2,36	0,2	0,0	15,0	61	Чай с сахаром	200	3,36	0,2	0,0	15,0	61
Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39							
Итого		107,71	21,8	20,8	73,5	572	Обед			32	33	125	921
Завтрак 5-11 кл							Салат из свежих овощей	100	9,83	1	5	3	59
Яйца вареные	1 шт	10,03	5,1	4,6	0,3	63	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	16,43	7,3	6,1	18,5	158
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	59,28	14,1	10,3	15,2	210	Печень, тушенная с овощами	120	76,79	14,0	12,9	5,9	196
Каша гречневая	180	11,07	2,0	5,4	29,2	173	Картофель толченный, до-деревенски	180	8,51	4,9	7,7	33,0	221
Хлеб пшеничный	20	2,62	1,0	0,3	8,1	39	Компот из кураги	200	14,34	0,9	0,0	31,3	129
Хлеб ржаной	20	0,54	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб пшеничный	60	2,26	3	1	24	117
Чай с сахаром	200	3,36	0,2	0,0	15,0	61	Хлеб ржаной	40	0,54	2	0	18	81
Йогурт	100	30,8					Йогурт	100	30,8				
Итого		117,7	25,1	22,3	81,0	625	ИТОГО:		246,10	57	55	206	1546
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ													
Бутерброд с сыром	20/15												
Чай с сахаром	200												
Итого		0,00											
Дополнительное питание													
Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10												
повар <i>С.И.Иванов</i>													