

МЕНЮ
ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

ШКОЛА

Дата

10.03

Прием пищи	Раздел	рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	15/2015	СБР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	10	54,5	3,45	4,45	0,00
	Гастроном	14/2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	11	75	0,10	8,30	0,10
Завтрак	Блюда из яиц	210/2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	106/10	23,93	195,65	9,96	16,46	1,88
	Овощи натуральные	566/2015	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	5	119	1,9	8,9	7,7
	Напитки	379/2015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,07	97,91	2,95	2,13	16,74
	Хлеб пш.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338/2015	Фрукты свежие (яблоко калиброванное)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	691	71	909,66	25,07	41,84	103,77
Обед	Овощи натуральные	70/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	7,95	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	10	111,34	4,05	6,31	11,73
	2 блюдо	227/2015	РЫБА (МИНТАЙ) ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	44,41	239,64	18,03	16,88	3,88
	Гарнир	125/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	180	12,54	186,59	3,73	6,39	28,77
	Напитки	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,1	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	1/150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1120	100	1021,75	32,22	31,58	123,86
Полдник	Гастроном	14/2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Овощи натуральные	70/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,7	1,01	0,20	3,52
	2блюдо	№ 291 2015г	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100/300	35,29	148,26	8,89	9,35	7,16
	Напитки	377/2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	2,2	59,9	0,29	0,10	14,69
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
			Итого за прием пищи:	832	65	611,82	14,64	18,97	65,17
			Всего за день:	2643		2543,23	71,93	92,39	292,80

Экономист по Ценам
Зав. производством

Миргородская Л.А.