

Согласовано
Директор школы



МЕНЮ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Дата 3.03

Прием пищи	Раздел рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Овощи натуральные	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	горячее блюдо	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ МИНТАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5 %	100/8	30,97	211,79	11,38	12,75	12,84
	Гарнир	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	9	174,93	6,64	9,98	18,03
	Напитки	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
	Хлеб рж	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
		Итого за прием пищи:	858	71	894,97	24,10	24,43	115,73
Обед	Овощи натуральные	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,6	1,00	0,20	3,50
	1 блюдо	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	9,65	114,69	2,13	5,23	14,93
	2 блюдо	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	52,09	305,97	16,06	20,57	15,77
	Гарнир	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	5,21	161,88	3,99	4,78	25,88
	Напитки	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	9,1	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
		Итого за прием пищи:	1160	100	1079,27	28,81	32,68	137,13
Полдник	Гастроном	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (ПОРЦИЯМИ)	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Блюда из творога	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	39,94	545,79	20,21	18,96	74,23
	Напитки	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	5,5	59,9	0,29	0,10	14,69
	Хлеб рж	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
		Итого за прием пищи:	632	65	996,18	24,95	28,38	128,72
		Всего за день:	2650		2970,42	77,86	85,49	381,58

Экономист по Ценам
Зав. производством
Миргородская Л.А.
Архипова О.Г.