

Согласовано

Директор

Ответственный

Искалы:

Тартиме
за питание

Утверждаю

МЕНЮ

19 сентября 2024 г.

12-17 лет



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БИТОЧЕК МЯСНОЙ В СОУСЕ соль йодированная, грудка куриная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	4,2	6,2	10,5	197
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,2	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,3	5,2	23,1	156
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,2		14,1	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		13,8	13,1	73,7	544
Цена					69-44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	1,7	3,9	5,5	65
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная, рыбн.консервы в масле, сардины атлантич., картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	250	5,6	2,8	16	109
ГРУДКА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ грудка куриная, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, морковь красная, томатная паста	100	0,3	4,7	1,8	61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180	6,3	6,2	38,2	227
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		22,3	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		20,9	19	139,3	816
Всего		34,7	32,1	213	1360
Цена					84-90

Повар