

Согласовано

Директор школы: Тартикова
ответственный за питание: Тартикова

МЕНЮ

15 мая 2025 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
НАГЕТСЫ С СОУСОМ нагетсы из мяса птицы, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатна паста, мука пшеничная в/с, вода питьевая	100	4,5	7,8	13,4	139
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная , макаронные изделия в/с, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное	200	7	6,8	42,5	253
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		15,3	14,9	92,8	555
Цена	77-20				
Обед					
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЙ" морковь красная, соль йодированная , капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	2	8,2	11,7	125
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная , рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	250	5,8	2,8	15,9	110
БИТОЧЕК МЯСНОЙ В СОУСЕ грудка куриная, лук репчатый, соль йодированная , масло подсолнечное рафинированное, морковь красная, томатная паста	100	4,6	7	11,7	133
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	3,4	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	180	6,1	6	26	177
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	22,9	106
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	16,9	81
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		26,1	26,8	146,5	925
Всего		41,4	41,7	239,3	1480

Повар