

14.06.2023 г



Деркач О. А.

с
МБОУ

МЕНЮ для 7 - 11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Масса (гр)	Цена в руб	Б	Ж	У	Энерг. ценность
Завтрак							
184	Каша овсяная вязкая	210	16,24	8,90	11,80	33,60	281,70
383	Какао с молоком сгущённым	200	15,29	3,60	3,70	23,80	143,70
	Груша	120	24,20	0,50	0,40	12,40	56,40
1\1	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,36	3,70	1,00	20,70	106,70
Обед							
45	Салат из белокочанной капусты	100	6,29	1,50	4,20	9,50	82,60
108	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	32,37	4,60	5,80	22,80	162,10
309	Рагу из птицы	250	40,13	21,40	27,30	21,60	418,30
349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,18	0,00	0,00	19,40	77,40
1\1	Хлеб пшеничный	50	3,36	3,80	1,10	21,30	110,00
Полдник							
	Бублик	130	24,50	5,60	6,10	39,10	250,30
3	Снежок	200	25,00	5,60	6,40	22,00	168,00
			195,92	59,20	67,80	246,20	1857,20

МЕНЮ для 12 и старше

№ рецепт	Наименование блюда	Масса (гр)	Цена в руб	Б	Ж	У	Энерг. ценность
Завтрак							
184	Каша овсяная вязкая	300	23,19	12,00	15,30	48,20	385,20
383	Какао с молоком сгущённым	200	15,29	3,60	3,70	23,80	143,70
	Груша	110	24,20	0,40	0,30	11,30	51,70
1\1	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,36	2,20	0,60	12,40	64,00
Обед							
45	Салат из белокочанной капусты	120	7,69	1,80	6,10	10,70	106,00
108	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	39,99	4,80	6,50	27,60	188,30
309	Рагу из птицы	300	44,93	19,90	19,10	41,80	347,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,18	0,00	0,00	19,40	77,40
1\1	Хлеб пшеничный	50	3,36	3,80	1,10	21,30	110,00
Полдник							
	Бублик	150	28,77	6,50	7,10	45,20	288,80
3	Снежок	200	25,00	5,60	6,40	22,00	168,00
			220,96	60,60	66,20	283,70	1930,10