

Согласовано



Директор
МБОУ СОШ № 1 г.Поронайска
/Малкина А.А./

МЕНЮ

11 июля 2022 г.

7-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МОЛОКО молоко пастер. 3,2% жирности	200	25,00	5,5	6	8,6	108
ВОДА ПИТЬЕВАЯ. вода питьевая.	200	3,80				
БАТОН батон нарезной пшен. мука высш. сорт	40	4,80	3	1,2	20,6	105
ФРУКТ киви	103	46,40	1,2	0,5	15,1	47
МОРОЖЕНОЕ В АССОРТИМЕТЕ мороженое в ассортименте	70	35,00				
КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННЫЙ 2,5% коктейль молочный ультрапастеризованный 2,5%	200	30,00				
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ крупа манная, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль поваринная пищевая йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	21,97	6,4	10,6	34,6	252
Итого		166,97	16,1	18,3	78,9	512
Обед						
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, чеснок, соль поваринная пищевая йодированная, свекла, картофель, морковь красная, фасоль, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, говядина б/к	230/40/10	71,45	10,6	15,7	19,9	256
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль поваринная пищевая йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	16,85	9,9	7,2	43	270
ГУЛЯШ филе куриное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль поваринная пищевая йодированная	120	48,50	1	5,6	4	69
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ масло подсолнечное рафинированное, укроп, томаты грунтовые, перец красный сладкий	70/30	37,12	1,1	2,9	3,7	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	3,20	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	48	3,84	3,7	0,3	24,1	114
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	10,30			21,8	86
Итого		191,25	28,9	32,1	133,5	924
Всего		358,22	45	50,4	212,4	1436

Медицинская сестра

Яндемерова Е.В.