Согласовано

Директор
МБОУ СОШ № 1 г.Поронайска
_____/Соколова Е.Г./

МЕНЮ

19 июля 2022 г.

7-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая 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
КАКАО СГУЩЕННОЕ какао сгущенное, вода питьевая	200	28,00				
ЯБЛОКО яблоки	250	54,62	0,9	0,9	21,6	103
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ крупа манная, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль поваренная пищевая йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	22,29	6,4	10,6	34,6	252
Итого		138,51	15,8	18,7	85,4	568
Обед						
ЩИ томаты грунтовые, сметана 20% жирности, капуста белокачанная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, говядина б/к	200/40/10	125,22	15,4	22,5	25,1	357
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, мука пшеничная высш.сорт, картофель, лук репчатый, томатная паста, соль поваренная пищевая йодированная, масло подсолнечное рафинированое	175	94,96	16,6	15	18,4	267
НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые	100	23,83	0,8	0,1	2,5	14
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
НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ черника, вода питьевая, сахар песок	200	23,36			21,8	86
Итого		274,41	39,1	38,3	108,9	920
Всего		412,93	54,9	57	194,3	1488

Медицинская сестра _____ Ромашина А.А.