

Согласовано



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

МЕНЮ

21 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
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ крупа манная, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль поваринная пищевая йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	22,29	6,4	10,6	34,6	252
ВОДА ПИТЬЕВАЯ. вода питьевая.	200	3,80				
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль поваринная пищевая йодированная, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, дрожжи, вода питьевая, яйца куриные (шт.)	100	43,30	10	16,7	98	568
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,77	0,2		14,1	56
БАТОН батон нарезной пшен мука высш.сорт	40	4,80	3	1,2	20,6	105
Итого		101,96	25,1	34,5	175,9	1089
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ картофель, крупа гречневая ядрица, морковь красная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к	250	63,56	11,6	9,1	24	217
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль поваринная пищевая йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,08	4	4,5	40	212
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ соль поваринная пищевая йодированная, перец красный сладкий, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, индейка (грудки)	90	84,55	29,2	36,7	3	440
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
НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые	100	23,83	0,8	0,1	2,5	14
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар песок	200	17,58			21,8	86
Итого		208,63	51,9	51,1	132,4	1165
Всего		310,59	77	85,6	308,3	2254

Медицинская сестра

Ромашина А.А.