

Согласовано

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

МЕНЮ

25 января 2023 г.

5-9кл.(тжс,кмнс.много-ные,1 род.)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	22,32	4,2	6,9	26,3	184
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная	160	56,69	13,6	13,5	12,8	227
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	23	1,87	1,5	0,2	9,9	48
ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	71	5,67	5,5	0,4	36	170
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,54	0,2		15	61
ФРУКТ мандарин	200	71,30	1,2	0,3	11,1	56
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ масло подсолнечное рафинированное, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная, лук репчатый	60	22,26	5,8	8,8	2	111
Итого		182,65	32	30,1	113,1	857
Всего		182,65	32	30,1	113,1	857