


 УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы :  /М. М. Быкова/

МЕНЮ

на « 15 » октября 2024 года (2)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	530	15,8	20,2	74,5	543,2	107,7
1/2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	15,9
388/2004	Котлета рыбная запеченая	90	9,3	8,3	11,6	158,3	36,5
520/2004	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	19,1
686/2004	Чай «цитрусовый заряд» с лимоном и апельсином	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	11,3
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	яблоко						23,0
	Обед	760,5	25,5	28,32	97,44	748,5	138,4
70-2006	Овощи свежие(огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	33,3
110-2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/5	2,3	4,9	16,7	120,1	27,7
494-2004	Бедро или грудка куриные запеченные домашние	90	14,6	13,6	0,6	183,2	43,3
224/2004	Рагу из овощей	150	4,5	8,9	19,2	174,8	11,4
518-2013	Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	17,0
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,8
	Итого за день		41,3	48,52	171,94	1291,7	