

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



МЕНЮ

на « 16 » января 2025года (2)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	525	18,8	16,5	67,2	492,7	
1/2004	Бутерброд с маслом	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	14,6
388/2004	Котлета рыбная запеченая	90	9,3	8,3	11,6	158,3	49,7
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	11,4
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,2
	печенье						10,7
	Обед	750,5	30,2	33,32	70,64	705,5	
70-2006	Овощи свежие(огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	14,7
110-2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/5	2,3	4,9	16,7	120,1	41,5
494-2004	Бедро или грудка куриные запеченные домашние	90	14,6	13,6	0,6	183,2	39,5
224/2004	Рагу из овощей	150	4,5	8,9	19,2	174,8	19,1
439	Кисломолочный напиток	200	5,2	5	7,2	95	17,0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	4,4
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,2
	Итого за день		49,0	49,82	137,84	1198,2	