

Утверждаю:  
ИП Семаковская В.Я



Согласовано:  
Директор МАОУ  
Прииртышская СОШ  
М.М. Быкова

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
МЕНЮ**

на 21 марта 2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
<b>Экспресс - завтрак</b>							
табл.25	Кондитерское изделие	100	5	5,8	48	269	31,90
493	Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,20
	<b>Итого за прием пищи</b>					<b>351,9</b>	<b>40,10</b>
<b>Горячий завтрак</b>							
372	Наггетсы из курицы детские запеченые	100	12,6	14,2	5,2	199,00	40,67
520	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	20,20
686	Чай Цитрусовый заряд	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	8,20
	Йогурт молочный полуж в ин.уп	95	1,8	1,5	4,5	38,7	31,10
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,2	5,02
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,51
	<b>Итого за прием пищи</b>					<b>572,00</b>	<b>107,70</b>
<b>Обед</b>							
106	Овощи натуральные	50	0,7	0,1	0,1	14,3	14,20
154	Суп харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167,1	30,30
365	Мясо тушеное с капустой	200	12,5	20,5	18,4	308,1	60,27
№512	Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	12,10
585	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,00
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,2	5,02
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,51
	<b>Итого за прием пищи</b>					<b>863,2</b>	<b>138,40</b>

Соц. педагог  
Зав столовой