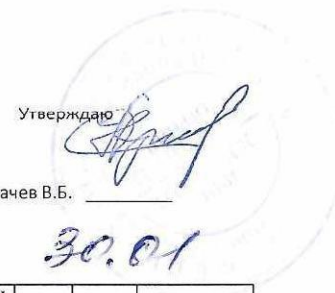


1-4



МЕНЮ

ШКОЛА МБОУ СОШ № 11

ДАТА 30.01

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак										
	гастрон	14/2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	10,22	66,0	0,1	7,2	0,1	
	овощи	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	7,94	9,6	0,6	0,1	1,5	
	2 блюдо	295/2015	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом	90/50	29,5	241,7	14,1	18,4	15,7	
	гарнир	302/2015	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	7,73	336,0	10,6	11,5	47,8	
	напиток	377/2015	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	4,1	49,5	0,4	0,0	11,7	
	хлеб пшен	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржан	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	129,00	4,3	1,65	21,25	
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	13,28	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	862	80,18	1 018,2	34,6	39,9	136,9	
Обед										
	овощи	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	1/60	8,95	14,0	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	10,3	102,0	1,8	5,0	12,3	
	2 блюдо	274/2015	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	24,78	224,0	11,6	13,5	13,8	
	гарнир	310/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9	189,0	3,6	7,1	25,2	
	напиток	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	8,8	88,2	0,7	0,3	20,8	
	хлеб пшен	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржан	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	129,00	4,3	1,65	21,25	
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	10,94	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	1110	80,18	863,1	26,6	28,1	119,7	
			Всего за день:	1972	160,36	1 881,3	61,2	68,0	256,6	

Экономист по ценам _____
 Миргородская Л.А.

Зав.производством _____