

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

10 ФЕВРАЛЯ 2021 ГОДА

3 ДЕНЬ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:

С.А. Тихашин

Льготное питание для учащихся старших классов

ОБЕД 173.00

| Наименование | Выход продук (г) | Белки (г) | Жиры (г) | У/в (г) | Энерг ценн. Ккал | вита мин (мг) С | Технологич. справочник, рецептура |
|--|---------------------|--------------|-------------|------------|------------------------|--------------------------|---|
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ. | 100 | 1.4 | 10.1 | 6.6 | 123.0 | 15.0 | 2008,51 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛ. И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 1.9 | 1.8 | 43.1 | 107.0 | 8.0 | 2008,101 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ РИСОМ | 250 | 17.2 | 14.8 | 15.2 | 334.0 | 17 | 2012,298 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1.0 | 0.2 | 19.7 | 92.0 | 4.0 | 2008,442 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 3.2 | 1.7 | 20.4 | 92.0 | 0.00 | 2008,к/к |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 3.2 | 1.9 | 20.8 | 115.0 | 0.00 | 2008,к/к |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 1/100 | 3.7 | 2.5 | 8.5 | 87.0 | 0.6 | 2008,к/к |
| Итого | | 31.6 | 33.0 | 134.3 | 950.0 | 44.6 | |



Директор

Зав. производством

Калькулятор

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

10 ФЕВРАЛЯ 2021 года

3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 63.00

| Наименование | Выход продук (г) | Белки (г) | Жиры (г) | У/в (г) | Энерг ценн. Ккал | вита мин (мг) С | Технологич. справочник, рецептура |
|---|---------------------|--------------|-------------|-------------|------------------------|--------------------------|---|
| БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ П/КОПЧЕНОЙ | 35 | 4.9 | 7.4 | 7.4 | 116.0 | 0.00 | 2008,5 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5 | 5.6 | 6.4 | 24.8 | 179.0 | 1.0 | 2008,184 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0.2 | 0.0 | 15.0 | 60.0 | 0.00 | 2008,430 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕТАМИ | 25 | 2.0 | 1.2 | 13.0 | 71.88 | 0.00 | 2008,к/к |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 200 | 3.0 | 1.0 | 27.7 | 192 | 20 | 2008,к/к |
| Итого | | 15.7 | 16.0 | 87.9 | 618.9 | 21.0 | |

ОБЕД ЦЕНА 110.00

| Наименование | Выход продук (г) | Белки (г) | Жиры (г) | У/в (г) | Энерг ценн. Ккал | вита мин (мг) С | Технологич. справочник, рецептура |
|--|---------------------|--------------|-------------|--------------|------------------------|--------------------------|---|
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ. | 60 | 0.8 | 6.1 | 4.0 | 73.8 | 11.0 | 2008,51 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ. | 200 | 3.1 | 2.2 | 15.2 | 93.6 | 4.8 | 2008,101 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 250 | 22.1 | 20.9 | 31.0 | 342.1 | 31.3 | 2012,298 |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . | 200 | 0.5 | 0.1 | 34.0 | 141.0 | 12.0 | 2008,399 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 3.2 | 1.7 | 20.4 | 92.0 | 0.00 | 2008,к/к |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 2.0 | 1.2 | 13.0 | 71.89 | 0.00 | 2008,к/к |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 1/100 | 3.7 | 2.5 | 4.9 | 87.0 | 0.6 | 2008,435 |
| Итого | | 35.4 | 34.7 | 122.5 | 901.5 | 59.7 | |
| Всего | | 51.1 | 50.7 | 210.4 | 1520. | 80.7 | |

Директор



Зав. производством

Калькулятор

