

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

16 ДЕКАБРЯ 2020 ГОД

9 ДЕНЬ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

С.А. Тихашин



ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 61.00

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	вита	Технологич. справочник, рецептура
						мин (мг) С	
БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ПОЛУКОПЧЕНОЙ	35	4.9	7.4	7.4	116.0	0.0	2008,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150	18.6	15.3	36.9	346.3	1.4	2008,282
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.9	1.0	2008,433
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ_	100	0.4	0.4	9.8	44.4	1.0	2008,К/К
Итого		26.8	25.6	78.9	640.6	3.4	

ОБЕД ЦЕНА 106.00

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	вита	Технологич. справочник, рецептура
						мин (мг) С	
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	2.3	4.9	4.5	70.8	3.0	2008,56
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. . .	200/5	2.4	4.1	6.3	72.0	17.6	2008,84
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	12.7	11.7	41.9	299.0	1.8	2008,304
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	0.00	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	0.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	71.89	.00	2008,К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	87.00	0.6	2008,К/К
Итого		26.9	26.2	122.7	823.7	23.0	
Всего		53.7	51.8	201.6	1464.	26.4	



Директор

Зав. производством

Калькулятор