

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

20 ЯНВАРЯ 2021ГОД

9 ДЕНЬ

Директор школы

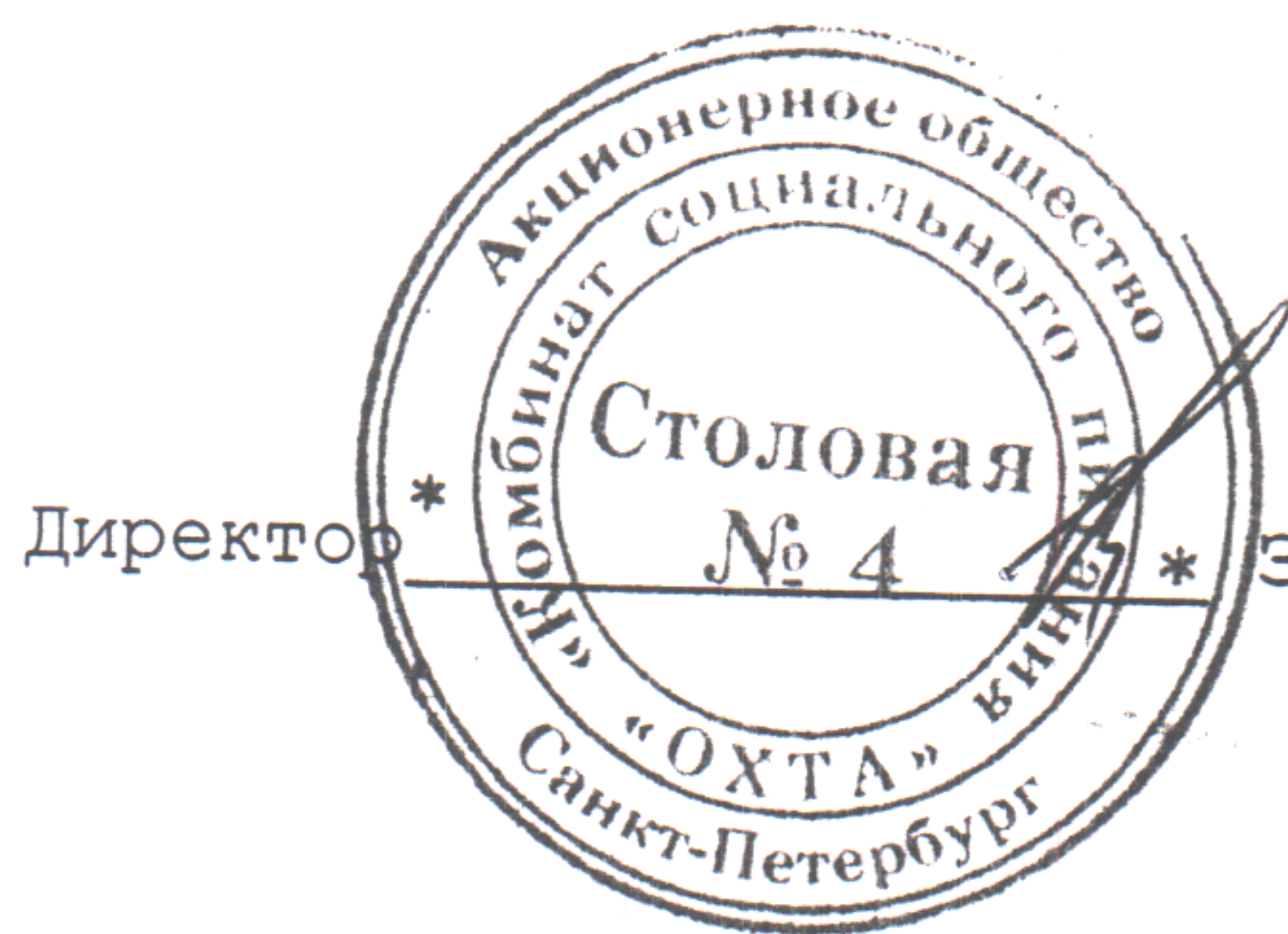
УТВЕРЖДАЮ:

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
ИКРА МОРКОВНАЯ.	100	3.8	8.1	7.5	118.0	5.0	2008, 56
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. . .	250/5	1.0	1.9	19.5	88.0	7.6	2008, 84
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	250	19.3	17.8	46.2	442	2.8	2008, 311
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	0.00	2008, 402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1.6	0.9	10.2	46.0	0.00	2008, К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1.6	0.9	10.4	57.5	0.00	2008, К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	8.3	87.0	0.6	2008, К/К
Итого		31.6	32.2	133.8	969.5	16.0	



Директор

Зав. производством

Калькулятор

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

20 ЯНВАРЯ 2021 ГОД

9 ДЕНЬ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:

С.А. Тихашин



Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК 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 ПОЛУКОПЧЕНОЙ	35	4.9	7.4	7.4	116.0	0.0	2008, 5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150/30	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 110.00

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	вита мин (мг) С	Технологич. справочник, рецептура
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

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]