

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

23 ДЕКАБРЯ 2020 ГОДА

3 ДЕНЬ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:

С.А. Тихашин

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

ОБЕД 167.00

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 № 1 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

23 ДЕКАБРЯ 2020 года

3. ДЕНЬ

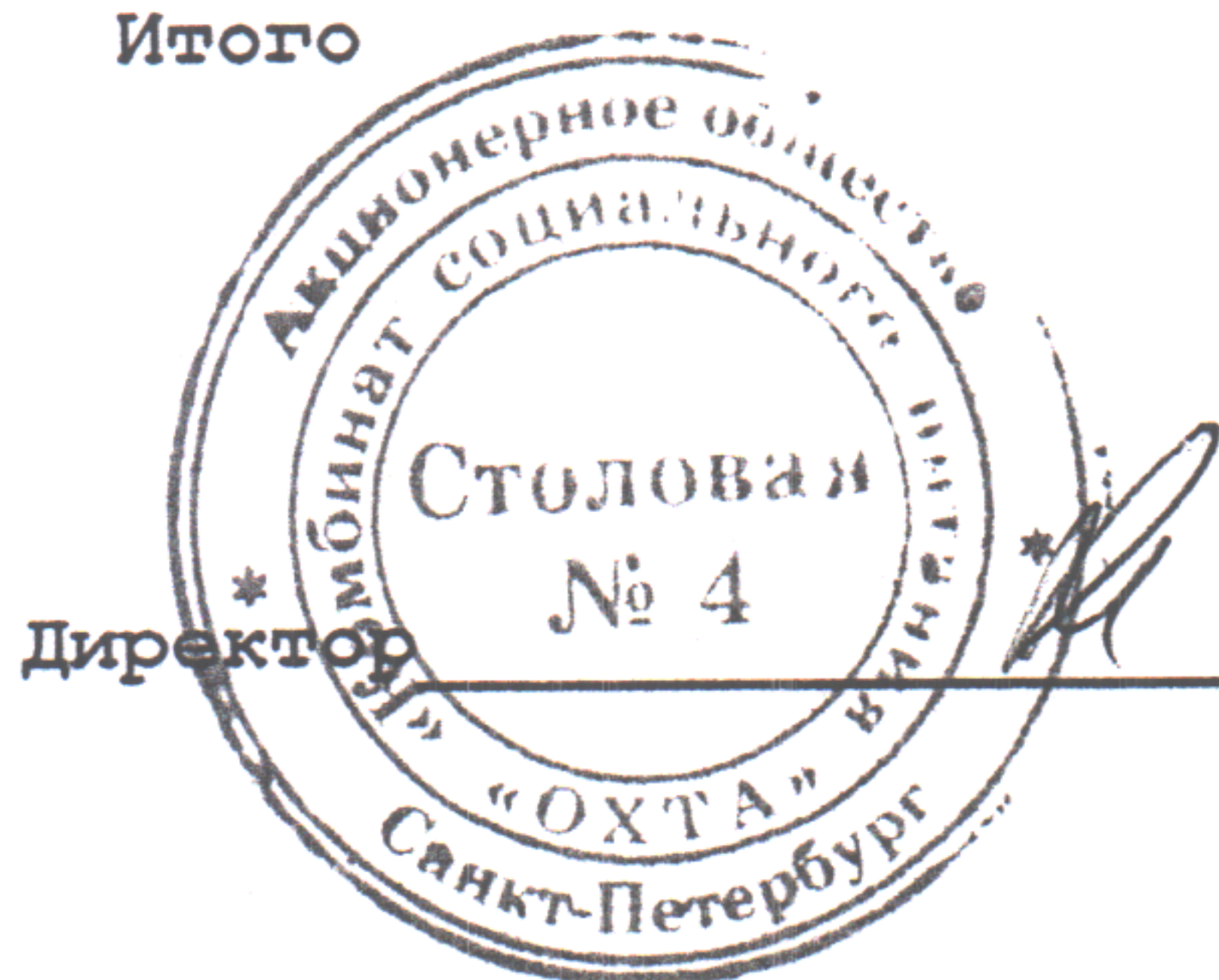
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 61.00

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 МИКРОНУТРИЕНТАМИ	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 106.00

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

