

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

24 ДЕКАБРЯ 2020 ГОДА

4 ДЕНЬ

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

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	Технолог справочн рецепту 2008
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	4.2	8.1	10.1	130.0	9.0	2008,
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	1.9	1.6	8.5	108.0	5.5	2008,99
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ, СОУС МОЛОЧНЫЙ	125	10.2	9.8	10.5	118.3	0.00	2010,308
РИС ОТВАРНОЙ	180	4.4	7.6	29.4	143.6	0.00	2008,
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0.5	0.1	24.0	141.0	12.0	2008,
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	4.0	1.5	10.4	104.0	.00	2008,695
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	0.00	2008,
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	0.00	2008,
Итого		31.6	32.3	134.1	951.9	26.5	



Директор

Зав. производством

Калькулятор

СТОЛОВАЯ № 1 ШКОЛА "ЗДОРОВЬЯ"

М Е Н Ю

24 ДЕКАБРЯ 2020 ГОДА

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:

С.А. Тихашин

4 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 МАСЛОМ.	25	1.1	8.4	7.5	110	0.00	2008, 1
ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ	150	16.1	14.2	33.8	307.3	0.00	2011, 212
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62	3.0	2008, 431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	71.89	0.00	2008, К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	1.0	2008, К/К
Итого		19.9	24.3	79.3	595.6	4.0	

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
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.5	4.9	6.1	78.0	5.4	2008, 56
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6.2	3.7	22.8	149.8	4.8	2008, 99/73
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ. .	80/50	11.2	8.4	12.5	177.3	0	12Г/308/350
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.8	203.0	0	2008, 325
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	19.2	92.0	4	2008, 442
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	0	2008, К/К
Итого		29.8	26.4	126.8	864.0	14.2	
Всего		49.7	50.7	206.1	1459.	18.2	



Директор

Зав. производством

Калькулятор