

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Утверждаю:
Директор МОУ *Степанов*

Меню 1 среда 12-18 лет Для детей 12-18 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Рыба, тушенная в томате с овощами 50/50 минтай филе, морковь, лук репчатый, масло растительное кг, паста томатная 25%, сахар, соль иодированная, приправа, лавровый лист 20 г	100.00	34.80	127.93	Белки - 10.56, Жиры - 6.81, Углеводы - 6.10
2	Картофельное пюре 200 картофель, молоко, масло сливочное 72.5%, соль иодированная	200.00	21.66	215.38	Белки - 2.13, Жиры - 4.53, Углеводы - 14.60
3	Огурцы св порц 10 огурцы свежие	10.00	1.53	1.41	Белки - 0.80, Жиры - 0.10, Углеводы - 2.50
4	Чай с сахаром 200 сахар, чай весовой 250	200.00	2.07	61.02	Белки - 0.10, Жиры - 0.03, Углеводы - 7.46
5	Булочка домашняя 50 мука пшеничная в/с, масло растительное кг, яйцо диетическое, сахар, дрожжи прессованные, соль иодированная	50.00	4.94	175.24	Белки - 9.02, Жиры - 9.43, Углеводы - 57.38
Итого:			65.00		

Обед

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Рассольник Ленинградский с перловкой 250 картофель, огурцы соленые, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное кг, соль иодированная, лавровый лист 20 г	250.00	11.44	109.15	Белки - 0.95, Жиры - 1.30, Углеводы - 7.04
2	Печень, тушенная в соусе 50/50 печень говяжья, сметана 15% бзмж, мука пшеничная в/с, масло растительное кг, паста томатная 25%, соль иодированная	100.00	39.38	178.99	Белки - 13.86, Жиры - 9.59, Углеводы - 9.31
3	Макароны отварные 200 макароны, масло сливочное 72.5%, соль иодированная	150.00	10.39	284.40	Белки - 4.75, Жиры - 3.88, Углеводы - 33.92
4	Чай с сахаром 200 для обеда сахар, чай весовой 250	200.00	2.07	61.02	Белки - 0.10, Жиры - 0.03, Углеводы - 7.46
5	Хлеб ржаной 23 хлеб ржаной 600гр	23.00	1.72	44.23	Белки - 7.70, Жиры - 1.50, Углеводы - 37.00
Итого:			65.00		

Директор ООО "Максимум"
Зав. производством

Е.Н. Осиневская

Бухгалтер

Е.Н. Осиневская

Ефимова В.В.

