

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю:
Директор МОУ *С.В. Савельева*

Меню 2 вторник 12-18 лет Для детей 12-18 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Зрза Школьная 100 говядина б/к охл, лук репчатый, хлеб "пшеничный" 400 гр, сухари панировочные, масло растительное кг, яйцо диетическое, соль иодированная	100.00	38.57	220.46	Белки - 13.16, Жиры - 13.46, Углеводы - 11.67
2	Рис отварной 200 рис пропаренный, шлифованный, масло сливочное 72.5%, соль иодированная	200.00	14.26	310.62	Белки - 2.46, Жиры - 3.51, Углеводы - 28.47
3	Помидоры порц 32 помидоры свежие	32.00	4.87	6.85	Белки - 1.10, Жиры - 0.20, Углеводы - 3.80
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 с кунжутом 50 мука пшеничная в/с, масло растительное кг, яйцо диетическое, сахар, дрожжи прессованные, кунжут, соль иодированная	50.00	5.23	176.41	Белки - 9.18, Жиры - 10.18, Углеводы - 56.12
Итого:			65.00		

Обед

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	Суп с макаронными изделиями 250 макароны, лук репчатый, морковь, масло растительное кг, соль иодированная, паста томатная 25%, приправа, лавровый лист 20 г	250.00	3.63	115.67	Белки - 1.01, Жиры - 1.55, Углеводы - 7.07
2	Гуляш мясной 50/50 свинные окорок, лопатка, лук репчатый, паста томатная 25%, масло растительное кг, мука пшеничная в/с, соль иодированная	100.00	43.44	309.00	Белки - 10.64, Жиры - 28.19, Углеводы - 2.89
3	Греча отварная 150 крупа гречневая ядрица, масло сливочное 72.5%, соль иодированная	150.00	14.33	148.49	Белки - 2.41, Жиры - 4.87, Углеводы - 11.38
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 20гр хлеб ржаной 600гр	20.00	1.53	38.46	Белки - 7.70, Жиры - 1.50, Углеводы - 37.00
Итого:			65.00		

Директор ООО "Максимум" *Савельева*
Зав. производством

Е.Н. Осиневская

Савельева
Ефимова В.В.

Бухгалтер *Савельева*

Савельева
Е.Н. Осиневская

