





ЖШП ИП Ковалев И.Н.

МЕНЮ НА 11.1.2022г.

Согласовано
Директор школы М.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,98	1,76	3,81	0,24	22,10	137,51	10,25
2	Хлеб пшеничный	35,6	2,35	0,00	0,23	0,23	16,70	79,71	1,64
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,00	0,02	0,02	4,95	19,22	0,71
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			6,41	1,76	4,07	0,49	43,75	236,43	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (57,10)									
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	60	0,98	0,00	3,61	3,61	6,00	58,15	9,48
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,30	0,03	2,98	0,66	34,11	183,94	7,08
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	70	8,61	8,39	8,22	0,02	1,70	115,08	31,64
2	Хлеб пшеничный	37	2,45	0,00	0,24	0,24	17,35	82,84	1,70
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	7,20
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (57,10)'			18,34	8,42	15,25	4,54	79,77	526,49	57,10
ОВЗ 67,60									
Первый прием пищи									
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	60	0,98	0,00	3,61	3,61	6,00	58,15	9,48
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,30	0,03	2,98	0,66	34,11	183,94	7,08
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	70	8,61	8,39	8,22	0,02	1,70	115,08	31,64
2	Хлеб пшеничный	33	2,18	0,00	0,22	0,22	15,48	73,89	1,52
5	Сок	180	0,90	0,00	0,18	0,00	18,54	77,83	6,48
Итого за 'Первый прием пищи'			17,97	8,42	15,20	4,51	75,83	508,89	56,20
Второй прием пищи									
	Вафли мягкие "Яшкино" ин/уп.	40	2,40	0,00	8,00	0,00	20,00	157,60	11,40
Итого за 'Второй прием пищи'			2,40	0,00	8,00	0,00	20,00	157,60	11,40
Завтрак с 12 и старше (64,60)									
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	80	1,31	0,00	4,81	4,81	8,00	77,53	12,64
46/3	Макаронные изделия отварные	170	6,01	0,03	3,37	0,75	38,66	208,47	8,02
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	80	9,84	9,58	9,39	0,03	1,95	131,52	36,16
2	Хлеб пшеничный	28,3	1,87	0,00	0,19	0,19	13,27	63,36	1,30
5	Сок	180	0,90	0,00	0,18	0,00	18,54	77,83	6,48
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (64,60)'			19,93	9,62	17,94	5,78	80,42	558,71	64,60
Обед с 12 и старше (85,03)									
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,70	0,00	3,58	3,58	6,79	59,01	5,67
4/2	Борщ с картофелем и сметаной	200	1,75	0,00	4,37	4,22	13,81	97,16	12,28
4/9	Плов из мяса кур	240	21,99	18,08	17,85	2,61	46,00	431,21	56,98
2	Хлеб пшеничный	29,3	1,94	0,00	0,19	0,19	13,74	65,60	1,35
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	0,96
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	14,60	55,74	7,79
Итого за 'Обед с 12 и старше (85,03)'			27,93	18,08	26,34	10,94	103,27	747,39	85,03