

КШП ИП Ковалев И.Н.

Согласовано
Директор школы №

МЕНЮ НА 12.1.2022г.



12 января 2022 г.

№	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)									
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140	4,58	1,65	4,62	0,92	22,79	149,98	10,52
2	Хлеб пшеничный	29,8	1,97	0,00	0,20	0,20	13,98	66,72	1,37
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)'			6,63	1,65	4,84	1,14	41,71	235,93	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (57,10)									
49/1	Винегрет	60	0,86	0,00	3,65	3,65	6,32	60,01	6,78
170	Пюре гороховое	170	18,45	0,05	6,11	1,28	45,75	298,10	12,02
36/10	Тефтели из мяса говядины с рисом	60	7,74	6,78	7,75	0,12	8,59	133,86	34,83
2	Хлеб пшеничный	21,7	1,43	0,00	0,14	0,14	10,18	48,59	1,00
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,00	0,02	0,02	5,06	20,53	2,47
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (57,10)'			28,60	6,83	17,68	5,22	75,91	561,09	57,10
ОВЗ 67,60									
Первый прием пищи									
49/1	Винегрет	60	0,86	0,00	3,65	3,65	6,32	60,01	6,78
170	Пюре гороховое	180	19,53	0,06	6,47	1,35	48,44	315,64	12,73
36/10	Тефтели из мяса говядины с рисом	60	7,74	6,78	7,75	0,12	8,59	133,86	34,83
2	Хлеб пшеничный	38,9	2,57	0,00	0,26	0,26	18,24	87,10	1,79
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,00	0,02	0,02	5,06	20,53	2,47
Итого за 'Первый прием пищи'			30,82	6,83	18,16	5,41	86,67	617,14	58,60
Второй прием пищи									
20	Пирожное "Русский бисквит" ин/уп (30гр)	30	1,50	0,00	1,35	0,00	90,00	360,15	9,00
Итого за 'Второй прием пищи'			1,50	0,00	1,35	0,00	90,00	360,15	9,00
Завтрак с 12 и старше (64,60)									
49/1	Винегрет	80	1,15	0,00	4,87	4,87	8,43	80,02	9,04
170	Пюре гороховое	180	19,53	0,06	6,47	1,35	48,44	315,64	12,73
36/10	Тефтели из мяса говядины с рисом	70	9,03	7,91	9,04	0,15	10,02	156,17	40,64
2	Хлеб пшеничный	32,2	2,13	0,00	0,21	0,21	15,10	72,10	1,48
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,00	0,02	0,02	4,95	19,22	0,71
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (64,60)'			31,91	7,96	20,62	6,60	86,95	643,14	64,60
Обед с 12 и старше (85,03)									
45	Салат из квашеной капусты	60	0,93	0,00	3,01	3,01	5,18	49,61	12,10
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0,00	1,96	1,96	18,88	101,91	8,23
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,59	17,36
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 1)	70	10,50	9,28	9,04	2,74	7,50	153,23	42,19
2	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	1,84
3	Хлеб ржаной	52	1,33	0,00	0,24	0,24	8,42	39,06	2,60
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,00	0,02	0,02	4,95	19,22	0,71
Итого за 'Обед с 12 и старше (85,03)'			21,16	9,82	18,20	8,74	85,77	585,19	85,03

