



Согласовано

Директор школы № 10



МЕНЮ НА 24.5.2022г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-дн. г	ЭЦ ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	130	1,74	1,53	3,30	0,00	7,13	63,93	9,73
6/4	Хлеб пшеничный	36,1	2,39	0,00	0,24	0,24	16,93	80,83	1,91
7/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,00	0,02	0,02	4,95	19,22	0,96
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			4,21	1,53	3,56	0,26	29,01	163,98	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,40	0,62	26,49	159,10	27,72
6/10	Тефтели из мяса говядины с рисом	50	6,45	5,65	6,46	0,10	7,16	111,55	30,79
93	Соус томатный	50	0,55	0,03	2,11	0,04	3,37	34,43	5,53
	Хлеб пшеничный	33,4	2,21	0,00	0,22	0,22	15,66	74,78	1,77
7/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,00	0,02	0,02	5,06	20,53	2,71
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			13,06	6,33	13,21	1,00	57,74	400,39	68,52
ОВЗ 67,60									
Первый прием пищи									
3/3	Картофельное пюре	160	3,32	0,58	3,91	0,55	23,55	141,42	24,64
6/10	Тефтели из мяса говядины с рисом	50	6,45	5,65	6,46	0,10	7,16	111,55	30,79
93	Соус томатный	25	0,27	0,01	1,05	0,02	1,68	17,21	2,76
	Хлеб пшеничный	30,4	2,01	0,00	0,20	0,20	14,26	68,07	1,61
7/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,00	0,02	0,02	4,95	19,22	0,96
Итого за 'Первый прием пищи'			12,13	6,24	11,64	0,89	51,59	357,47	60,76
Второй прием пищи									
6	Печенье	50	12,00	0,00	0,75	0,00	23,15	149,23	6,84
Итого за 'Второй прием пищи'			12,00	0,00	0,75	0,00	23,15	149,23	6,84
Завтрак с 12 и старше (64,60)									
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,40	0,62	26,49	159,10	27,72
6/10	Тефтели из мяса говядины с рисом	50	6,45	5,65	6,46	0,10	7,16	111,55	30,79
93	Соус томатный	35	0,38	0,02	1,47	0,03	2,36	24,10	3,87
	Хлеб пшеничный	25,7	1,70	0,00	0,17	0,17	12,05	57,54	1,36
7/10	Чай (вариант 2)	179,8	0,07	0,00	0,02	0,02	4,45	17,28	0,86
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (64,60)'			12,33	6,32	12,52	0,93	52,51	369,57	64,60
Обед с 12 и старше (85,03)									
6/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,70	0,00	3,58	3,58	6,79	59,01	7,13
8/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0,00	1,96	1,96	18,88	101,91	12,02
3/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,75	10,79
6/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 1)	70	10,50	9,28	9,04	2,74	7,50	153,23	44,44
93	Соус томатный	50	0,55	0,03	2,11	0,04	3,37	34,43	5,53
	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	2,12
	Хлеб ржаной	36,8	2,43	0,00	0,44	0,44	15,35	71,16	2,04
7/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,00	0,02	0,02	4,95	19,22	0,96
Итого за 'Обед с 12 и старше (85,03)'			23,10	9,33	20,58	9,55	113,86	725,28	85,03

