

МЕНЮ
на 23 октября 2020 года
для лица № 13

(1 — 4 класс)

«Приятного аппетита!»

| Рецеп. | Наименование блюд | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | Энерге- тическая ценность ккал | Цена, руб. коп. |
|--------------------------|--------------------------|-------------|-------------|------------|---------------------|---|-----------------------|
| ЗАВТРАК (1 смена) | | | | | | | |
| 395/13 | Колбаса вареная отварная | 80 | 5,2 | 12,8 | 1,2 | 143,7 | 38-35 |
| 303/17 | Каша гречневая вязкая | 150 | 3,5 | 4,5 | 23,7 | 253,1 | 7-35 |
| 78/04 | Икра свекольная | 60 | 1,44 | 4,56 | 4,2 | 79,2 | 4-16 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | - | 15,0 | 58,0 | 1-93 |
| ТУ произв. | Хлеб пшеничный | 50 | 4,27 | 0,85 | 27,2 | <u>134,2</u> | <u>2-38</u> |
| | | | | | | 668,2 | 54-17 |
| ОБЕД (2 смена) | | | | | | | |
| 123/04 | Щи из свежей капусты | 200 | 1,6 | 3,44 | 8,0 | 70,4 | 6-97 |
| 288/17 | Цыплята отварные | 125 | 26,38 | 25,25 | 9,0 | 351,3 | 39-07 |
| 303/17 | Каша гречневая вязкая | 150 | 3,5 | 4,5 | 23,7 | 253,1 | 7-35 |
| т.24/96 | Огурец свежий | 60 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11,2 | 7-06 |
| 389/17 | Сок фруктовый | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120,0 | 8-43 |
| ТУ произв. | Хлеб пшеничный | 60 | 5,12 | 1,02 | 32,64 | 161,0 | 2-84 |
| 338/17 | Яблоко | 65 | 0,7 | - | 9,5 | <u>40,3</u> | <u>7-28</u> |
| | | | | | | 1007,3 | 79-00 |

(5 — 11 класс)

| Рецеп. | Наименование блюд | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | Энерге- тическая ценность ккал | Цена, руб. коп. |
|----------------|---|-------------|-------------|------------|---------------------|---|-----------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 97/04 | Сыр твердый | 10 | 2,3 | 2,9 | - | 36,0 | 6-08 |
| 451/04 | Биточки из говядины с соусом (75/50) | 125 | 10,95 | 12,4 | 18,05 | 227,0 | 45-06 |
| 171/17 | Каша ячневая | 180 | 3,8 | 7,2 | 25,6 | 183,6 | 5-39 |
| т.24/94 | Помидор свежий | 55 | 0,6 | 0,11 | 2,1 | 13,2 | 7-28 |
| 692/04 | Кофейный напиток | 200 | 3,4 | 4,8 | 19,8 | 176,0 | 8-80 |
| ТУ произв. | Хлеб пшеничный | 81 | 6,92 | 1,38 | 44,06 | <u>217,4</u> | <u>3-86</u> |
| | | | | | | 853,2 | 76-47 |

Директор
Зав. производством
Калькулятор



М.Ф. Марченко
И.В. Федотова
Л.В. Синцова