



МЕНЮ

по школе № 13

в день 1 недели

На 06 мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Омлет натуральный	100г/гр.		224,00	10,78	19,20	3,04
Макаронные изделия отварные	250г/гр.		224,60	7,36	6,02	35,26
Кофейный напиток с молоком сухим стерильным	200гр.		113,00	3,94	1,99	20,92
Батон	130гр.		85,00	3,78	0,27	17,40
Итого в завтрак	580гр.	75,00	646,60	25,84	27,48	76,62
обед:						
Зеленый горошек порционно	30гр.		18,00	1,48	0,09	2,99
Суп картофельный с вареными картофелем	250г/гр.		106,25	2,60	2,84	17,48
Рыба тушенная с овощами	60г/гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	140г/гр.		156,99	3,00	0,90	23,70
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,37	17,20
Хлеб пшеничный	130гр.		70,14	3,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	130гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	800гр.	40,00	640,20	23,79	10,62	60,38
полдник:						
Плошка Московская	100гр.		378,00	7,08	13,14	55,74
Сок яблочный	200гр.		90,60	1,90	0,20	20,20
Всего в полдник	300гр.	40,00	468,60	8,98	13,34	75,94
Всего за день			1743,40	55,71	51,44	348,94

Зав. Производством _____

Калькулятор _____