



МЕНЮ НА 22.10.24 г.
(7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
321, 128	Гарнир сложный	150	3,18	3,62	12,66	96	17,62
279	Тефтели 2-й вариант	90	7,59	17,58	12,66	243	42,12
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	Хлеб пшеничный	19,9	1,52	0,25	6,41	33	1,52
	II завтрак						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	Обед						
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75	9,68
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	95	6,86
292	Гуляш из курицы	90	22,04	20,12	50,36	189	47,77
171	Каша рассыпчатая перловая	150	5,34	3,09	37,7	257	16,48
Пр	Сок	200	0,75		20,57	85	10,78
Пр	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	1,53
Пр	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30



УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Токмаков И.А.

МЕНЮ НА 22.10.24 г.

(12 лет и старше)

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
Завтрак							
321, 128	Гарнир сложный	180	3,82	4,34	15,19	115	22,41
279	Тефтели 2-й вариант	130	8,22	19,03	13,73	263	68,24
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
Обед							
67	Винегрет овощной	100	1,19	8,9	6,7	112	16,13
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,64	2,57	18,96	110	9,06
292	Гуляш из курицы	100	24,49	22,36	5,95	210	94,01
171	Каша рассыпчатая перловая	180	6,41	3,71	45,24	309	19,77
Пр	Сок	200	0,75		20,57	85	10,78
Пр	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
Пр	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61