

Согласовано : Директор



Сверждаю : Директор
Школьное Питание
 Ахунов Э.А.

МЕНЮ

На << 4 >> сентября 2020г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
6,01	Салат из белокочанной капусты	60	1	2,05	6,12	47,23
13 040	Плов из отварной говядины	30/150	13,1	14,04	39,64	336,91
284,02	Чай с сахаром и молоком	200	1,43	1,57	12,26	66,61
	Хлеб пшеничный обогащенный йодаказеином	30	2,4	0,6	14,4	70,8
Итого за Завтрак			17,93	18,26	72,42	521,55
25,01	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,09	4,06	5,87	65,57
60,22	Е Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	12,89	11,5	12,8	202,97
80,37	Е Рыба (Минтай), тушеная в томате с овощами	50/50	9,95	4,17	4,83	98,95
139,05	Картофель тушеный	180	3,73	6,38	22,56	177,72
295,07	Компот из свежих плодов витаминизированный (витамин С)	200	0,12	0,12	15,05	61,1
	Хлеб пшеничный обогащенный йодаказеином	25	2	0,5	12	59
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодаказеином	25	2	0,5	10,5	54
Итого за Обед			31,78	27,23	83,61	719,31
Итого за день			49,71	45,49	156,03	1240,86

Шеф .повар _____