

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"подпись
" "

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 11.11.2022

ГБОУ СОШ №1 "ОЦ" п.г.т. Смышляевка

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>Витаминизация</u>							
Сок в ассортименте 0,2 (дополнительная витаминизация)	200		92,00	1,00	0,20	20,20	389,01
Итого за Витаминизация	200	19,09	92	1,00	0,20	20,20	
<u>завтрак</u>							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/20		325,81	20,42	11,79	33,73	224
Чай с сахаром	200		59,85			14,97	376
Багет	30		78,60	2,25	0,87	15,42	
Итого за завтрак	530	62,2	525,36	23,19	13,18	76,86	
<u>обед</u>							
Икра овощная кабачковая	60		133,67	2,72	7,18	14,39	3
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200/5/1		91,85	1,66	5,16	7,61	88
Фрикадельки из кур в сметанно-томатном соусе	100		138,05	9,29	7,55	8,22	297,01
Каша гречневая рассыпчатая	150		215,60	8,82	2,31	39,97	171
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	393,02
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Хлеб ржаной	30		56,64	1,80	0,30	13,19	
Итого за обед	766	87,1	801,76	27,42	23,82	119,07	
<u>полдник</u>							
Пирожок с вишней	75		175,50	4,96	3,63	30,66	470
Чай с лимоном	200/7		62,23	0,06	0,01	15,18	377
Итого за полдник	282	35	237,73	5,02	3,64	45,84	
Итого за день:			1 656,85	56,63	40,84	261,97	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир