

Директор школы



Утверждаю.
Квачева Г.И.
2021г.



МЕНЮ

на 15 ноября 2021г.

1-4 классы

Наименование блюд	Вых од гр., мл.	Химический состав		Углево ды гр	Калорий ность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
Обед					
Салат из свеклы с зеленым горошком (№ рецептуры 34 М.П. Могильный В.А.Тутельян,2010)	60	1	2,51	4,91	46,26
Рассольник петербургский (т/к № 197 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	200	1,6	4,09	13,54	97,4
Рыба тушеная в томате с овощами (т/к № 51 М.П..Могильный-2005)	80	13,87	7,85	6,53	150,00
гарнир: пюре картофельное (т/к № 130101)	150	3,06	4,80	20,45	137,25
соус красный основной (т/к № 833 М.П..Могильный В.А.Тутельян,2010)	30	0,23	0,67	1,82	14,20
Компот из плодов сухих (т/к № 160209-2)	200	0,28	0,06	27,88	113,52
Хлеб пшеничный (т/к № 200102)	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Фрукт	200	1,8	0,4	16,2	86
Итого за день:	980	26,84	21,25	91,96	769,69



Утверждаю.
Квачева Г.И.
2021г.



МЕНЮ

на 15 ноября 2021г.

5-11 классы

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углево ды гр	Калорий ность, ккал.
		белк и, гр.	жиры, гр.		
Горячий обед					
Салат из свеклы с зеленым горошком (№ рецептуры 34 М.П..МогильныйВ.А.Тутельян,2010)	100	1,67	4,18	8,18	77,10
Рассольник петербургский (т/к № 197 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	250	2	5,11	16,93	121,75
Рыба тушеная в томате с овощами (т/к № 51 М.П..Могильный-2005)	80	13,87	7,85	6,53	150,00
гарнир: пюре картофельное (т/к № 130101)	180	3,67	5,76	24,54	164,70
соус красный основной(т/к № 833 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	30	0,23	0,67	1,82	14,20
Компот из плодов сухих (т/к № 160209-2)	200	0,28	0,06	27,88	113,52
Хлеб пшеничный (т/к № 200102)	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Итого за день:	900	26,72	24,5	86,71	766,33