

Утверждаю.

Квачева Г.И.

2022г.



МЕНЮ
на 14 января 2022г.
1-4 классы

Наименование блюд	Выход, г., мл.	Химический состав		Углеводы	Калорийность, ккал.
		белки г.	жиры г.		
Горячий обед					
Салат из соленых огурцов(№ рецептуры 17 В.Т.Лапшина-2004)	60	0,52	3,07	1,57	35,88
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне (т/к № 139, 110307)	200	4,3	4,5	15,64	120,52
Тефтели мясные с соусом (т/к № 120539)	80	11,17	11,12	11,05	185,13
гарнир: макаронные изделия отварные (т/к № 38 МП..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	150	5,52	4,52	26,45	168,45
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)	20	1,64	0,28	0,26	39,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Итого:	760	25,38	24,53	84,98	723,76

Утверждаю.

Квачева Г.И.

2022г.



МЕНЮ
на 14 января 2022г.
5-11 классы

Наименование блюд	Выход , гр., мл.	Химический состав		Угле воды	Калори йность ккал.
		белк и гр.	жир ы гр.		
Горячий обед					
Салат из соленых огурцов с луком (№ рецептуры 17 В.Т.Лапшина-2004)	100	0,87	5,12	2,62	59,80
Суп картофельный с горохом (т/к № 139, 110307)	250	5,38	5,63	19,55	150,65
Тефтели мясные с соусом (т/к № 120539)	80	11,17	11,12	11,05	185,13
гарнир: макаронные изделия отварные(т/к № 38 МП..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	180	6,62	5,42	31,74	202,14
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	21,27	28,89	95,49	850,05