

Меню:




Утвердил директор школы

Белякова А.В.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал
<b>Понедельник-23.12.2024г.</b>						
<b>Смена 1</b>						
54-17к-2020	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,1	2,1	45,1	329,0
2 - 2007	Хлеб с маслом	30/10	4,6	8,8	29,3	179,6
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,1	6,0	12,6	121,1
190-2007	Пудинг манный с сгущ.молоком	100	4,2	6,3	15,8	257,0
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>18,0</b>	<b>23,2</b>	<b>102,8</b>	<b>886,7</b>
<b>Смена 2</b>						
54-11з-2020	Салат из моркови с кукурузой	100	5,52	5,36	7,94	123,9
54-1с-2020	Щи по Уральски	250	4,92	1,6	11,5	128,75
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,08	26,3	105,8
190-2007	Пудинг манный с сгущ.молоком	100	4,2	6,3	15,8	257,0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>15,24</b>	<b>17,44</b>	<b>82,54</b>	<b>721,25</b>
<b>Вторник-24.12.2024г.</b>						
<b>Смена 1</b>						
54-61г-2020	Рис отварной рассыпчатый	200	3,6	5,2	38,1	213,2
	Гуляш из отварной говядины	100	25,5	2,6	6,1	253,3
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	210	0,02	0,07	15,0	60,0
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	11,5	57,9
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>31,42</b>	<b>8,17</b>	<b>70,7</b>	<b>584,4</b>
<b>Смена 2</b>						
54-10з-2020	Салат овощной с кукурузой	100	8,6	2,8	6,4	89,0
54-1г-2020	Рис отварной рассыпчатый	150	4,8	5,4	28,8	180,0
	Гуляш из отварной говядины	100	25,5	2,6	6,1	253,3
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,3	11,5	57,9
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	210	0,02	0,07	15,0	60,0
Пром	Йогурт	100	5,7	8,4	13,8	95,9
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>46,92</b>	<b>19,57</b>	<b>81,6</b>	<b>736,1</b>
<b>Среда-25.12.2024г.</b>						
<b>Смена 1</b>						
54-10з-2020	Салат из капусты с овощами	70	1,6	0,8	1,4	19,0
54-9м-2020	Жаркое по домашнему с говядиной	250	20,7	15,7	20,5	304,7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	11,5	57,9
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,08	26,3	105,8
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>24,6</b>	<b>16,88</b>	<b>59,7</b>	<b>487,4</b>
<b>Смена 2</b>						
54-10з-2020	Салат из капусты с овощами	100	1,6	0,8	1,4	19,0
54-9м-2020	Жаркое по домашнему с говядиной	250	20,7	15,7	20,5	304,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,3	0,3	11,5	57,9
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,08	26,3	105,8
426-2007	Булочка с повидлом	100	5,0	11,3	17,8	313,0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>29,6</b>	<b>28,18</b>	<b>77,5</b>	<b>800,4</b>
<b>Четверг-26.12.2024г.</b>						
<b>Смена 1</b>						
54-2к-2020	Каша кукурузная	200	7,2	11,0	46,2	312,2
2 - 2007	Хлеб с маслом	30/10	4,6	8,8	29,3	179,6
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,1	6,0	25,9	121,1
пром	Йогурт	100	5,7	8,4	13,8	95,9
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>21,6</b>	<b>34,2</b>	<b>115,2</b>	<b>708,8</b>
<b>Смена 2</b>						
54-13з-2020	Салат овощной	100	6,8	2,7	7,6	101,9
54-1с-2020	Борщ со сметаной	250	4,92	1,6	11,5	228,75
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,08	26,3	105,8
пром	Йогурт	100	5,7	8,4	13,8	95,9
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>18,02</b>	<b>16,88</b>	<b>80,2</b>	<b>638,15</b>
<b>Пятница-27.12.2024г.</b>						
<b>Смена 1</b>						
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	5,1	5,7	23,7	158,0
54-4м-2020	Котлета мясная	100	14,1	12,48	17,76	227,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,02	0,07	15,0	60,0
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>19,82</b>	<b>22,35</b>	<b>77,46</b>	<b>551,0</b>
<b>Смена 2</b>						
54-10з-2020	Салат овощной	100	8,6	2,8	6,4	89,0

54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,5	42,8	162,2
54-4м-2020	Котлета мясная	100	14,1	12,48	17,76	227,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2
	Калач сметанный	100	1,0	15,0	13,0	195,0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>33,1</b>	<b>40,88</b>	<b>123,66</b>	<b>872,4</b>
	<b>Суббота -28.12.2024г</b>					
	<b>Смена 1</b>					
54-6к-2020	Каша молочная пшенная	200/10	8,5	11,5	38,8	300,0
2-2007	Хлеб с маслом	35	4,6	8,8	29,3	179,2
54-7гн-2020	Чай с сахаром	210	0,02	0,07	15,0	60,0
	Калач сметанный	100	1,0	15,0	13,0	195,0
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>14,12</b>	<b>35,37</b>	<b>96,0</b>	<b>734,2</b>
	<b>Смена 2</b>					
54-10з-2020	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	1,5	6,0	10,8	103,0
54-2с-2020	Борщ со сметаной	200	1,74	5,34	10,38	210,0
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	11,5	57,9
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,0	22,0	90,0
	Калач сметанный	100	1,0	15,0	13,0	195,0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>6,54</b>	<b>26,64</b>	<b>67,68</b>	<b>655,9</b>

Меню составил завхоз  /Вялова С.Б.