

МЕНЮ

(2023-2024 уч. год)

Номер сборки рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
1 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ПП	Овощи в ассортименте	50	8,82	1	0	4	14
138	Суп картофельный с рыбными консервами	250	14,88	1,6	3,9	28	153,5
462	Тефтеля мясная	100	23,50	9,6	9,9	20	207,5
520	Пюре картофельное с маслом сливочным	150	27,25	1,2	5,4	24,02	99,16
ПП	Сок фруктовый	200	13,00	0	0	8,5	23
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	830	92	29,9	23,5	175,82	998,16
2 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ПП	Овощи в ассортименте	50	8,82	1	0	4	14
111	Борщ со сметаной	250/10	16,32	2,5	3,2	4,5	58
437	Гуляш из говядины	50/30	44,09	4,5	9	18	65
508	Каша гречневая	150	9,05	3,5	2,9	15,9	103,6
639	Компот из кураги	200	9,17	0,54	0	25,26	115,2
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	480	92	28,54	19,4	159,06	856,8
3 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ПП	Фрукт Яблоко	100	13,7	0,4	0,4	9,8	43
140	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	14,47	2,5	7,5	19	152,78
487	Курица отварная	100	33,38	19,8	7,4	2	153,8
214	Капуста тушеная с маслом сливочным	150/10	21,72	1,2	2,1	4,8	43
705	Напиток из шиповника	200	4,18	0	0	0,1	10,3
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	450	92	40,4	21,7	127	903,88
4 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
124	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	250/15/6	16,68	2,44	6,41	21	154,3
374	Горбуша филе	60	40,58	11	5,4	13,3	145,8
512	Рис отварной с маслом сливочным	150/10	17,19	1	6,1	19,7	94
ПП	Сок фруктовый	200	13,00	0	0	8,5	34
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	310	92	30,94	22,21	153,8	929,1

5 день		Обед детей, обучающихся в 1-4 классах					
ПП	Фрукт Мандарин	150	37,64	0,8	0,3	11,5	53
202	Суп картофельный с курицей	250/15	14,00	2,1	7,48	11,69	122,9
443	Плов из говядины	200	31,6	17,4	19,9	63,7	495,4
631	Компот из сухофруктов	200	4,21	0	0	46	208,2
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
		850	92	36,8	31,98	224,9	1380,5
	ИТОГО:						
6 день		Обед детей, обучающихся в 1-4 классах					
ПП	Огурец свежий	100	17,00	0,8	0,1	2,5	14
99	Суп из овощей с курицей и сметаной	250/15	15,95	3,1	6,7	23,0	164,7
431	Печень по строгоновски	50/30	31,18	16,9	15,0	32,0	195,5
508	Каша гречневая	150	8,32	14,42	9,36	55	235
631	Компот из свежих фруктов	200	15,00	0,2	0	32,2	128,72
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	530	92	51,92	35,46	236	1238,92
7 день		Обед детей, обучающихся в 1-4 классах					
ПП	Фрукт яблоко	120	16,71	0,4	0,4	9,8	43
110	Борщ со свежей капустой и сметаной	250/10	16,26	3,53	2,2	18	230
388	Биточки мясные	100	28,2	17,51	15,16	11	145
520	Картофель отварной с маслом сливочным	150	22,1	3,1	7,9	35	223,5
705	Напиток из шиповника	200	4,18	0	0	0,1	10,3
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	620	92	41,4	29,95	186,1	1227,94
8 день		Обед детей, обучающихся в 1-4 классах					
ПП	Помидор свежий	48	8,22	0,6	0	3,8	14
132	Рассольник Ленинградский с курицей	250/15	19,75	10	12	33	348
451	Котлета рыбная	100	29,14	7,9	12,3	26,4	241,6
516	Макароны отварные с маслом сливочным	150/10	17,34	4	0,9	25,5	120,2
ПП	Сок фруктовый	200	13,00	0	0	8,5	34
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	398	92	39	30,5	188,5	1258,8
9 день		Обед детей, обучающихся в 1-4 классах					
ПП	Овощи в ассортименте	100	17,00	0,8	0,1	2,5	14
139	Суп картофельный с бобовыми и курицей	250/15	15,37	3,5	0,6	6,9	46,2
436	Жаркое по домашнему с говядиной	200	45,91	16	19	55,2	243
639	Компот из кураги	200	9,17	0,54	0	25,26	115,2
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
		550	92	37	24	163,5	834,6

	ИТОГО:						
10 день	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах						
ПП	Овощи в ассортименте	100	17,00	0,8	0,1	2,5	14
37	Суп куриный с клецками	250/15	16,8	4,2	6	18,4	144,4
443	Плов из говядины	200	49,44	17,4	19	63,7	495,4
631	Компот из сухофруктов	200	4,21	0	0	46	208,2
ПП	Хлеб пшеничный	25	2,22	8	1	48,8	242
ПП	Хлеб ржаной	25	2,33	8,5	3,3	42,5	259
	ИТОГО:	550	92	37,54	26,9	182,13	1258,8
	Среднее значение за период:	531,8	92	37,54	26,9	182,13	1088,75