"Согласовано"
директор филиала МАОУ "Велижанская СОШ-
"СОШ п. Чугунаево" _____/Ильиных Л.П./

"Утверждаю" директор ООО
ТавдаПродукт_____/Г.В.Яковлева/

07.04.2023г.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

5 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Фрикадельки из кур	**100**	**57,34**	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая	**150**	**8,8**	1,7	4,5	24,3	149
Хлеб пшеничный	20	**1,46**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**1,57**	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	**200**	**11,07**	2,8	2,5	15,1	94
Итого		**80,24**	17,4	18,3	76,7	545
Завтрак 5-11 кл						
Фрикадельки из кур	**100**	**59,27**	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая	**180**	**10,49**	2,0	5,4	29,2	173
Хлеб пшеничный	20	**1,46**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**1,57**	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	**200**	**11,07**	2,8	2,5	15,1	94
Фрукт(мандарин)	100	**42**	0,4	0,0	14,4	59
Итого		**125,86**	17,7	19,2	81,6	569
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15	**13,3**				
Чай с сахаром	200	**2,6**				
Итого		15,9				
Дополнительное питание						
Суп гороховый с гренками	**250/20**	**20,55**				

повар _____

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			17,7	19,2	81,6	569
Фрикадельки из кур	**100**	**59,27**	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая	**180**	**10,49**	2,0	5,4	29,2	173
Хлеб пшеничный	20	**1,46**	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной	20	**1,57**	0,7	0,1	9,4	41
Чай с молоком	**200**	**11,07**	2,8	2,5	15,1	94
Фрукт(мандарин)	100	**42**	0,4	0,0	14,4	59
Обед			30	26	145	931
Овощи свежие (огурцы)	**100**	**28,56**	0,7	0,1	1,9	11
Суп гороховый с гренками	**250/20**	**14,03**	3,1	4,1	31,7	176
Биточки рыбные	**100**	**42,01**	15,5	12,9	14,4	236
Картофель толченный,по-деревенски	**180**	**17,44**	4,9	7,7	33	221
Сок	**200**	**19,88**	0,4	0,0	22,0	90
Хлеб пшеничный	60	**4,37**	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	**3,14**	2	0	18	81
ИТОГО:		**255,29**	47	45	226	1500