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

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

18.04.2023г.

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

12 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Салат из моркови с изюмом	80	8,74	1,0	0,1	12,8	56
Гуляш из говядины	100	51,16	9,1	7,5	3,4	118
Каша гречневая отварная	150	14,48	3,1	6,6	32,0	200
Какао с молоком	200	15,16	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	1,46	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб дарницкий	20	1,57	0,7	0,1	9,4	41
Итого		92,57	18,3	17,7	86,9	580
Завтрак 5-11 кл						
Салат из моркови с изюмом	100	10,65	1,2	0,1	15,0	68
Гуляш из говядины	100	51,16	9,1	7,5	3,4	118
Каша гречневая отварная	180	17,73	3,7	7,9	50,0	286
Какао с молоком	200	15,16	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	1,46	1,0	0,3	8,1	39
Хлеб дарницкий	20	1,57	0,7	0,1	9,4	41
Итого		97,73	19,1	19,1	107,0	675
ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ						
Бутерброд с сыром	20/15	13,3				
Чай с сахаром	200	2,6				
Итого		15,90				
Дополнительное питание						
Уха ростовская	250/30	20,55				
повар _____						

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			19,1	19,1	107,0	675
Салат из моркови с изюмом	80	10,65	1,0	0,1	12,8	56
Гуляш из говядины	100	51,16	9,1	7,5	3,4	118
Каша гречневая	150	17,73	3,1	6,6	32	200
Какао с молоком	200	15,16	3,4	3,2	21,2	127
Хлеб пшеничный	20	1,46	1	0	8	39
Хлеб ржаной	20	1,57	1	0	9	41
Обед			26,8	26,5	137,7	896,0
Салат картофельный с огурцами	80	9,94	2	5	8	85
Уха ростовская	250/30	29,08	5,5	5,9	18,9	151
Фрикадельки из кур	100	56,13	10,8	10,9	5,4	163
Макаронные изделия отварные	150	7,4	3,8	3,4	41,1	210
Напиток из плодов шиповника	200	10,3	0,2	0,0	22,2	90
Хлеб пшеничный	60	4,37	3	1	24	117
Хлеб ржаной	40	3,14	2	0	18	81
ИТОГО:		218,09	46	46	245	1572