



Меню 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Неделя 2 день: 4

" " 2021

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль) 5*	100	0,5	5,2	5	64
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) 1*	250/10	3,55	0,5	16,65	130,75
ТЕФТЕЛИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (Томат - паста, Батон, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль) 3*	100	12,11	14,87	10,08	222,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) 1*	180	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,08	0,6	27	129,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,38	0,73	9,75	53
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	92
ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47
МАФФИН ЛИМОННЫЙ	50	0,12	1,5	21,12	94,3
Итого за Обед	1 075	27,46	29,42	165,74	1080,65

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5*-холодное блюдо

Директор ГБОУ
Зав. пищеблоком
Бухгалтер

