



Ежедневное меню №1
МБОУ «Нижнесортимская СОШ»
2022-2023





Завтрак 1-4 классы

№№	№	№№	Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ ккал	Цена
№ 20			Салат из свежих помидор с огурцом	100	0,90	18,70	3,10	193,00	19,41
№ 520			Пюре картофельное на молоке	180	4,10	8,80	26,90	176,00	26,95
№ 471,587			Фрикадельки из говядины в том.соус	100	10,18	8,86	3,47	103,52	79,88
№ 685			Чай с сахаром	200	0,24	0,06	13,88	27,60	5,29
			Хлеб пшеничный	35	2,68	0,28	8,24	82,25	4,57
			Хлеб Дарницкий	30	1,99	0,38	0,36	52,20	3,90
			Итого:	645	20,63	22,75	47,92	634,58	140,00





Завтрак 5-11 классы

Сборник 2004г № рек. № 302. таб №4	Наименование блюда	Выход,г	Белок,г	жир,г	углевод,г	ЭЦ ккал	Цена
	Каша манная молочная с маслом	250	10,90	8,40	57,90	350,00	23,87
№ 97	Сыр порционно	10	2,20	2,64	0,80	32,97	9,72
№ 685	Чай с сахаром	200	0,24	0,08	12,88	27,60	4,01
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,24	0,21	70,90	3,24
	Хлеб Дарницкий	29	1,91	0,34	0,21	68,54	3,16





Льготный обед

		б/ж/к	белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ ккал	Цена
№ 29	Салат из свежего редиса с зеленью	100	0,95	19,66	2,70	191,00	33,31
№ 140	Суп с картофелем с макаронами	250	2,70	2,60	18,90	111,00	19,27
№ 436 сбр 2001 №252	Жаркое по домашнему с мясом (говяди	200	19,40	19,60	21,40	342,00	91,60
	Компот из черной смородины	200	0,31	0,07	18,09	74,17	20,92
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,24	0,21	70,50	3,90
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	Фрукты свежие (яблоко)	160	0,64	0,64	14,40	75,20	38,40
	Итого:	960	27,42	43,05	75,94	898,67	210,00





Платный обед



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

