



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





Завтрак 1-4 классы

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша манная молочная с маслом	250	10,50	8,40	57,90	350,00	31,49
	Блинчики со сгущенным молоком	50	3,60	6,00	17,25	144,00	29,40
№ 693	Какао с молоком с сахаром	200	3,90	3,80	25,10	132,00	22,00
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	0,24	82,25	4,60
	Хлеб Дарницкий	31	2,04	0,37	0,37	53,94	4,03
	Фрукты свежие (банан)	200	2,72	0,50	35,20	178,45	48,48





Льготный обед

2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 37	Салат из свежей капусты с морковью	100	1,20	9,90	8,80	128,00	25,50
№ 150	Суп рисовый с картофелем	250	5,90	2,60	25,30	149,00	23,65
№ 332,516	Макароны отварные с маслом	200	7,33	5,21	44,43	258,87	22,74
№ 471	Шницель мясной ,томатный соус	100	19,00	10,90	11,80	222,00	88,01
№ 639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,10	27,50	110,00	7,75
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	0,21	70,50	3,90
	Хлеб Дарницкий	26	1,71	0,31	0,31	45,24	3,45
	Кондитерское изделие (кекс)	65	3,90	18,20	27,30	291,85	35,00
	итога:	971	42,32	47,46	145,65	1275,46	210,00





Платный обед

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
ст 70-71	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00	30,30
№ 150	Суп рисовый с картофелем	250	5,90	2,60	25,30	149,00	23,65
№ 332,516	Макароны отварные с маслом	200	7,33	5,21	44,43	258,87	22,74
№ 471	Шницель мясной ,томатный соус	100	19,00	10,90	11,80	222,00	88,01
№ 639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,10	27,50	110,00	7,75
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	0,21	70,50	3,90
	Хлеб Дарницкий	28	1,84	0,33	0,33	48,72	3,65
	итого:	908	38,15	19,48	112,07	873,09	180,00





ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

