



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





Льготный обед

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 19 сбр 2001 №35	Салат из свежих помидор с перцем с	100	0,95	20,14	3,96	198,00	46,13
	Свекольник со сметаной	260	1,93	6,34	10,05	104,16	34,23
№ 332,516	Макароны отварные с маслом	200	7,33	5,21	44,43	258,87	22,74
№ 471	Биточек мясной ,томатный соус	100	19,00	10,90	11,80	222,00	88,01
№ 684,686	Чай с сахаром с лимоном	200	0,24	0,01	13,85	27,60	12,06
	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,25	0,22	75,20	4,23
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	итога:	912	33,20	43,09	84,55	920,63	210,00





Платный обед

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 37	Салат из свежей капусты с зеленью	100	1,20	9,90	8,80	128,00	22,80
сбр 2001 №35	Свекольник со сметаной	260	1,93	6,34	10,05	104,16	34,23
№ 332,516	Макароны отварные с маслом	200	7,33	5,21	44,43	258,87	22,74
№ 471	Биточек мясной ,томатный соус	100	19,00	10,90	11,80	222,00	88,01
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	31	2,35	0,24	0,21	72,85	4,12
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	итого:	911	33,31	32,87	89,19	847,08	180,00





ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

