

Согласовано:

Директор школы №43

Петрова Л.Л.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа №43 МЕНЮ на 18 Октября 2022 г.



Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, кКал.
<i>Завтрак</i>						
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	16-93	245/9	7.45	13.70	41.01	319
Чай охлажденный с плодовым соком	4-69	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	3-38	50/2 кус	3.95	0.50	1.00	150
<b>Итого</b>	<b>25-00</b>		11.74	14.22	64.54	564
<i>Завтрак 2 вариант</i>						
Бутерброд с маслом	7-40	10/30	1.70	14.40	10.80	164
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	13-86	245/5	7.45	13.70	41.01	319
Чай охлажденный с плодовым соком	4-69	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-05	60	4.74	0.60	1.20	113
<b>Итого</b>	<b>30-00</b>		14.23	28.72	75.54	691
<i>Обед</i>						
Салат из сырых овощей	6-14	70	0.76	4.23	2.65	52
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом птицы	13-29	15/250/5	5.12	5.70	13.10	158
Гуляш	29-37	51/50	10.85	28.75	2.95	315
Каша рисовая вязкая	6-45	150	2.25	4.50	22.90	156
Компот из смеси сухофруктов	7-10	200	0.44		28.88	116
Хлеб ржаной	2-65	60/2 кус	2.82	0.60	0.60	126
<b>Итого</b>	<b>65-00</b>		22.25	43.78	71.07	923
<i>Обед 2 вариант</i>						
Салат из сырых овощей	8-77	100	1.09	6.04	3.78	74
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом птицы	13-29	15/250/5	5.12	5.70	13.10	158
Гуляш	32-45	56/56	11.92	31.57	3.24	346
Каша рисовая вязкая	7-74	180	2.70	5.40	27.54	187
Компот из смеси сухофруктов	7-10	200	0.44		28.88	116
Хлеб ржаной	2-65	60/2 кус	2.82	0.60	0.60	126
<b>Итого</b>	<b>72-00</b>		24.09	49.31	77.14	1007
<i>Полдник (14-00)</i>						
Вагрушка с творогом	14-37	85	9.59	8.32	36.15	260
Желе из концентрата	3-93	200			30.60	118
Яблоки свежие	11-70	115	0.35		9.89	46
<b>Итого</b>	<b>30-00</b>		9.93	8.32	76.64	424

Сав производством

Васильева И.С.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.