

Согласовано

МБОУ "Янтиковская СОШ имени Героя Советского Союза П.Х.  
/Моряков Евгений Николаевич/

Директор

# МЕНЮ

9 ноября 2022 г.

5-11 классы



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> масло сладко-сливочное несоленое, сметана 20% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 9,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное	110	26,89	19	17,3	25,5	337
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,70	1,5	1,3	22,4	107
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ</b> батон нарезной пшен.мука 1 сорт	50	4,14	3,8	1,5	25,3	129
<b>ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ</b> ватрушка с творогом	70	18,00	2,5	1,5	25,6	99
<b>Итого</b>		52,73	26,8	21,6	98,8	672
<b>Обед</b>						
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	10,97	3,8	6,3	25,8	175
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	3,11			14,6	58
<b>ХЛЕБ ЦИВИЛЬНЫЙ ФОРМОВОЙ 0.580</b> хлеб цивильный формовой 0.580	60	3,31	4,1	0,7	26,9	131
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ</b> свекла, масло подсолнечное рафинированное	100	11,56	1,5	5,9	8,2	92
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ</b> свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, петрушка (корень), лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, сметана 15% жирности, вода питьевая	250	17,20	2	5,8	12,8	114
<b>РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ</b> рыба треска филе, морковь, лук репчатый	100	29,58	11,2	3,6		76
<b>Итого</b>		75,73	22,6	22,3	88,3	646
<b>Всего</b>		128,46	49,4	43,9	187,1	1318

Повар *Александрова Т.Н.* Александрова Т.Н.

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_