



Т.Н.Андреева
2023 г.

МЕНЮ на горячее питание школьников при ООУ «Балдаевская СОШ»

дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход порции гр.	Пищевые вещества			Калорийность, ккал	Цена руб. коп
				Б, г	Ж, г	У, г		
3-ий день (среда)	с 12 лет							
<i>19.04.2023</i>	завтрак							
	Бутерброд с повидлом	2*	40	1,20	4,30	22,00	132	<i>7-55</i>
	Каша молоч. рисовая с маслом	302*	200/5	6,37	10,68	32,15	256	<i>12-05</i>
	Кофейный напиток с молоком	692*	200	2,50	3,60	28,70	152	<i>6-40</i>
	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	<i>2-90</i>
	итого:			13,87	18,98	107,15	659	<i>28-90</i>
	обед							
	Салат из свеклы	88**	100	1,27	15,06	7,65	171	<i>5-76</i>
	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	124*	250/5	1,80	5,57	7,77	93	<i>15-20</i>
	Котлеты рыбные с соусом	388*	100(50/50)	9,38	9,12	12,27	171	<i>24-97</i>
	Пюре картофельное	520*	180	3,87	6,68	26,41	197	<i>13-08</i>
	Напиток лимонный	699*	200	0,14	0,02	24,43	96	<i>4-98</i>
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	<i>2-65</i>
	итого:			19,28	37,05	79,13	854	<i>66-64</i>
	Всего:			33,15	56,03	186,28	1513	<i>95-54</i>

Повар *И* Ильина Е.Ю.