



МБОУ «Балдаевская СОШ»

Т.Н. Андреева

2023 г.

МЕНЮ

на горячее питание школьников при МБОУ «Балдаевская СОШ»

дата	Наименование блюд	№ рецеп-туры	Выход порции гр.	Пищевые вещества			Калори-йность, ккал	Цена руб.коп
				Б, г	Ж, г	У, г		
9-ый день (среда)	<b>с 12 лет</b>							
26.04.2023	<b>завтрак</b>							
	Масло порциями	96*	15	0,08	12,37	0,08	112	4-95
	Каша молоч. рисовая с маслом	302*	200/5	6,37	10,68	32,15	256	12-05
	Чай с фруктовым соком	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	5-58
	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	2-90
		<b>итого:</b>		<b>10,59</b>	<b>23,47</b>	<b>81,06</b>	<b>582</b>	<b>28-38</b>
	<b>обед</b>							
	Салат из свеклы	88**	100	1,27	15,06	7,65	171	5-76
	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	124*	250/5	1,80	5,57	7,77	93	15-20
	Биточки рыбные с соусом	388*	100(50/50)	9,38	9,12	12,27	171	24-97
	Пюре картофельное	520*	180	3,87	6,68	26,41	197	13-08
	Напиток апельсиновый	699*	200	0,20	0,04	25,73	100	4-76
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	2-65
		<b>итого:</b>		<b>19,34</b>	<b>37,07</b>	<b>80,43</b>	<b>858</b>	<b>66-42</b>
		<b>Всего:</b>		<b>29,93</b>	<b>60,54</b>	<b>161,49</b>	<b>1440</b>	<b>94-80</b>

Повар Ильина Е.Ю.