

Школьная столовая МБОУ «Юськасинская СОШ»

ООО "Общепит"
Утверждаю Директор
Н.В. Яргуныкина

на 01 сентября 2023 г.

Меню

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак																					
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D(мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se(мкг)	F
697	Кофейный напиток с молоком_379	200	9	3	3	25	146	0	0	1	0	0	0	120	90	14	0	146	9	2	0
903	Каша полбяная с маслом 250/10 №173	260	16	12	13	46	351	0	0	2	0	0	0	151	114	17	0	184	11	3	0
569	Хлеб пшеничный	40	3	3	0	19	95	0	0	0	0	0	0	8	26	6	0	0	1	2	0
595	мандарины порциями	100	25	1	0	8	40	0	0	38	0	0	0	35	17	11	0	155	0	0	0

Итого 53 рубля

Обед																					
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D(мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se(мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной М_52	100	5	1	6	8	90	0	0	10	0	3	0	35	41	21	1	0	7	1	0
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250	4	3	3	21	122	0	0	22	0	1	0	27	68	28	1	387	5	0	0
662	Птица, тушенная в соусе М_290	100	23	14	20	3	114	0	0	0	0	1	0	17	10	2	0	20	1	0	0
704	Каша гречневая рассыпчатая_302	200	10	12	9	57	360	0	0	0	0	1	0	20	277	184	6	358	3	5	0
721	Компот из свежих яблок М_342	200	7	0	0	28	109	0	0	2	0	0	0	4	3	1	0	111	1	0	0
571	Хлеб ржано-пшеничный	40	2	3	1	14	76	0	0	0	0	1	0	15	71	22	1	0	2	2	0

Цена 51 рубль

Директор: Яргуныкина Н.В.