

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 22

Ю.А. Симонова



МЕНЮ
для учащихся льготной категории
2 неделя пятница
СТОЛОВАЯ МБОУ СОШ № 22 «10» 09 2018 г

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
День 10							
Завтрак							
ГП	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,20	1,2	0,24	6,68	35
321	Капуста тушеная	150	11,86	3,1	4,86	34,14	197
377	Чай с лимоном	180	6,50	0,1	0,02	11,49	47
234	Котлеты рыбные из тресковых пород	70	30,44	15,56	15,14	20,21	199
	Всего в завтрак	420	50,00	19,95	20,25	72,51	478
Обед							
82	Борщ с капустой и картофелем	200	11,00	8,77	7,39	14	132
342	Компот из свежих плодов или ягод	180	8,50	0,14	0,14	42,35	104
ГП	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,20	1,2	0,24	6,68	35
291	Плов из птицы	180	21,26	15,26	9,42	32,16	275
18	Салат "Осенний"	60	8,04	1,05	3,71	5,55	60
	Всего в обед	640	50,00	26,42	20,91	100,74	605
Полдник							
376	Чай с сахаром	200	5,00	0,07	0,02	17,06	60
ГП	Кондитерские изделия в ассортименте	50	19,00	0,05		5,96	24
ГП	Выпечка в ассортименте	100	26,00	7,3	8,6	55,7	334
	Всего в обед	350	50,00	7,42	8,62	78,72	418
	Всего за день	1410		53,79	49,78	251,97	1 500

Заведующий производством

Ретинко