

"Утверждаю"

ООО "Дело Вкуса"

Директор

/Маркувене Н.А./

"Согласовано"

МАОУ "СинТез"

Директор

/Звегинцева Е.А./

Меню на 07.10.2021 года День 10

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 7-10

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	10,00	60	0,48	0,06	1,02	0,10	6,54	107/13
БИГУС	50,00	200	24,11	24,59	9,76	0,98	300,57	328/18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	10,00	200	0,06	0,01	10,19	1,02	41,08	494/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	2,50	20	1,56	0,28	7,46	0,75	38,60	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С	10,00	60	0,99	6,05	5,78	0,58	81,50	4/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	5,00	250	11,62	9,80	22,20	2,22	223,42	144/13
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	26,00	90	18,14	13,52	14,31	1,43	251,47	381/13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	13,50	150	8,73	7,89	39,45	3,95	263,71	237/13
СОК	15,00	200			23,00	2,30	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	3,00	30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13

Зав. производ.

/Топорова Е.С./

Калькулятор

/Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ООО "Дело Вкуса"



Директор

/Маркувене Н.А./

"Согласовано"

МАОУ "СинТез"



Директор

/Звегинцева Е.А./

Меню на 07.10.2021 года День 10

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 11-18

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ		100	0,80	0,10	1,70	0,17	10,90	107/13
БИГУС		250	30,13	30,71	12,21	1,22	375,52	328/18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,06	0,01	10,19	1,02	41,08	494/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	85,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С		100	1,64	10,08	9,63	0,96	135,84	4/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ		250	5,74	4,82	21,83	2,18	153,60	144/13
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ		100	20,16	15,02	15,90	1,59	279,41	381/13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	10,47	9,41	47,34	4,73	316,00	237/13
СОК		200			23,00	2,30	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50		50	3,80	0,40	24,60	2,46	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	95,00	50	3,90	0,70	18,65	1,87	96,50	109/13

Зав. производ.  /Топорова Е.С./

Калькулятор  /Забудская Л.В./