

"Утверждаю"

ООО "Дело Вкуса"



Директор

/Маркувене Н.А./

"Согласовано"

МАОУ "СинТез"



Директор

/Звегинцева Е.А./

Меню на 12.10.2021 года День 1

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 7-10

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
<b>Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"</b>								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	30,00	200	5,49	7,38	33,40	3,34	222,00	268/13
КАКАО С МОЛОКОМ	20,00	200	3,53	2,95	25,00	2,50	140,65	496/13
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	10,00	15	3,84	3,92			50,60	100/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 150	10,00	150	0,60	0,60	14,70	1,47	66,60	112/13
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
<b>Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"</b>								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	10,00	60	0,86	3,05	5,02	0,50	50,97	50/13
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	10,00	250/10	1,86	5,26	11,09	1,11	99,14	114/18
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	25,00	90	3,49	0,84	9,34	0,93	58,86	412/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	9,50	150	3,23	6,71	21,73	2,17	160,24	429/13
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 12.10.2021 года День 1

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 11-18

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
<b>Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"</b>								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		250	6,86	9,27	41,80	4,18	278,07	268/13
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,53	2,95	15,02	1,50	100,73	496/13
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ		15	3,84	3,92			50,60	100/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 200		200	0,80	0,80	19,60	1,96	88,80	112/13
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
<b>Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"</b>								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,43	5,09	8,36	0,84	84,95	50/13
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ		250/10	1,86	5,26	11,09	1,11	99,14	114/18
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ		100	3,90	0,94	10,41	1,04	65,68	412/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		180	3,87	8,01	26,07	2,61	191,84	429/13
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./