



Меню на 15.09.2021 года День 8

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 7-10 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.	
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"									
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ		90	12,50	8,33	11,92	1,19	172,65	304/18	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ		150	4,74	6,25	29,13	2,91	191,75	174/13	
ЧАЙ С САХАРОМ		200			9,98	1,00	39,92	493/13	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ		10	0,05	8,25	0,08	0,01	74,77	105/13	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	1,56	0,28	7,46	0,75	38,60	109/13	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		75,50	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ		60	0,83	6,05	4,84	0,48	77,13	59/13	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		250/30	2,76	10,64	15,70	1,57	169,64	146/13	
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ		90	3,49	0,84	9,34	0,93	58,86	412/13	
КАПУСТА ТУШЕННАЯ		150	3,27	5,81	14,36	1,44	122,84	423/13	
СОК		200			23,00	2,30	92,00	518/13	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		75,50	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"

"Согласовано"

МАОУ "СинТез"

Директор

/Маркувене Н.А./

Директор

/Звегинцева Е.А./

Меню на 15.09.2021 года День 8

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 11-18 ЛЕТ

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ		100	13,89	9,26	13,24	1,32	191,79	304/18
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ		180	5,69	7,50	34,96	3,50	230,10	174/13
ЧАЙ С САХАРОМ		200			9,98	1,00	39,92	493/13
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ		10	0,05	8,25	0,08	0,01	74,77	105/13
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 СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ		100	1,41	10,09	8,22	0,82	129,30	59/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		250/20	2,76	10,64	15,70	1,57	169,64	146/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ		100	3,90	0,94	10,41	1,04	65,68	412/13
КАПУСТА ТУШЕННАЯ		180	3,89	7,67	16,98	1,70	152,48	423/13
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./