

"Утверждаю"

ООО "Дело Вкуса"

Директор

/Маркувене Н.А./

"Согласовано"

МАОУ "СинТез"

Директор

/Звегинцева Е.А./

Меню на 18.10.2021 года День 5

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 7-10

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С	25,00	60	0,99	6,05	5,78	0,58	81,50	4/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	30,00	90	3,49	0,84	9,34	0,93	58,86	412/13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	10,00	150	8,73	7,89	39,45	3,95	263,71	237/13
ЧАЙ С САХАРОМ	5,00	200			9,98	1,00	39,92	493/13
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 МОРКОВИ	10,00	60	0,69	6,05	5,44	0,54	78,93	7/13
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	10,00	250	2,40	6,55	11,74	1,17	115,49	142/13
СУФЛЕ РЫБНОЕ	21,00	90	17,24	9,86	7,08	0,71	186,02	335/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	13,50	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 18.10.2021 года День 5

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 11-18

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С	100		1,64	10,08	9,63	0,96	135,84	4/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	100		3,90	0,94	10,41	1,04	65,68	412/13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		10,47	9,41	47,34	4,73	316,00	237/13
ЧАЙ С САХАРОМ	200				9,98	1,00	39,92	493/13
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 МОРКОВИ	100		1,14	10,08	9,07	0,91	131,54	7/13
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,92	5,20	9,40	0,94	92,06	142/13
СУФЛЕ РЫБНОЕ	100		19,14	11,03	7,86	0,79	207,28	335/13
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./