

Утверждаю
Меню на 26 ноября 2021 года

ИП Шептунова О.Б. Столовая при МБОУ СОШ № 50



Наименование	г	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод	Эн. Ценно
	ы	ре		ы	ы	сть
Завтрак						
Салат из моркови с изюмом	10,35	1\100	13\2009	1,22	0,08	93,33
Каша вязкая молочная пшеничная	13,44	150\7,5	323\2003	6,14	9,60	238,50
Котлеты рубленые из птицы	35,20	1\85	205\2003	21,25	12,17	251,60
Какао с молоком	15,61	1\200	270\2009	4,85	5,04	195,71
Хлеб ржаной	1,46	1\24	6.3.5.3\2008	1,58	0,29	41,76
Батон нарезной	0,00		6.1.3.2.2\2008			
Итого:	76,06					
Обед						
Огурец	10,53	1\60	13\2003	0,48	0,06	8,00
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	8,52	200\5	63\2009	1,67	5,06	86,26
Курица в соусе с томатом (филе)	33,10	1\80	210\2009	23,00	27,75	356,19
Картофельное пюре	14,59	1\150	443\2003	3,24	5,60	156,00
Компот из свежих плодов (яблок)	7,06	1\200	282\2009	0,16	0,00	60,64
Хлеб ржаной	1,56	1\25	6.3.5.3\2008	1,65	0,30	43,50
Батон нарезной	0,70	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	39,30
Итого:	76,06					
Всего:	152,12					
Свободный выбор						
Салат из моркови с изюмом	10,35	1\100	13\2009	1,22	0,08	93,33
Каша вязкая молочная пшеничная	13,44	150\7,5	323\2003	6,14	9,60	238,50
Огурец	10,53	1\60	13\2003	0,48	0,06	8,00
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	8,52	200\5	63\2009	1,67	5,06	86,26
Курица в соусе с томатом (филе)	33,10	1\80	210\2009	23,00	27,75	356,19
Картофельное пюре	14,59	1\150	443\2003	3,24	5,60	156,00
Пряник Шоколадный 35 гр	9,13	1 шт	табл	1,72	0,96	117,6
Пряник Московский 35 гр	8,7	1 шт	табл	1,72	0,96	117,6
Кекс Московский 70 гр	20,3	1 шт	табл	4,9	11,73	256,9
Кекс Лимонный 75 гр	21,75	1 шт	табл	5,25	12,57	275,25
Пирожок сдобный с капустой	9,44	1\60	335\1\2009	3,85	6,02	129,85
Пирожок сдобный с картошкой	7,52	1\60	335\2\2009	3,50	4,96	129,62
Пирожок сдобный с джемом	9,07	1\60	335\2009	4,64	3,89	169,30
Ватрушка с джемом	8,07	1\60	330\2009	7,08	2,63	219,07
Сок фруктовый 0,2 л	24,65	1 шт	11.1.1.16\08	1,00	0,20	92,00
В том числе диетические блюда						
Суп молочный с крупой рисовой	12,39	1\250	131\2003	4,56	5,08	146,00
Чай с молоком	4,70	1\200	431\2003	1,54	1,63	56,00

Зав. производством

Индивидуальный
 предприниматель
 Бухгалтер

О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева