ООО " АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

МЕНЮ

2 день

старшие классы (бюджет)

"14" 09 2021 г

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Обед 173-00					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (свекла, масло подсолнечное ,соль, сахар) 5*	100	1,4	3,3	11,1	79,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (бройлеры цыплята, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, сметана, зелень) 1*	250/5/5	3,4	4,7	8,8	93,1
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ***(рыбное филе ,*** вода, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, ***лимонная кислота*** , сахар, соль) 3*	100	16,6	8,2	1,2	76,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль) 1*	180	3,8	6,2	25,7	173,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2,0	0,3	12,7	61,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЁННЫЙ (батон нарезной)	80	6,0	2,3	41,1	209,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (яблоки, груши, вода, сахар, ***лимонная кислота***) 1*	200	0,3	0,1	27,1	110,9
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (сдоба обыкновенная) 4*	50	4,9	4,0	14,5	92,3
ФРУКТЫ (банан свежий)	180	0,5	0,1	15,1	54,0
ИТОГО	1180	**38,9**	**29,2**	**157,3**	**950,2**

Директор ГБОУ _____

Зав. пищеблоком _____

Бухгалтер _____

Способ приготовления блюд:
1* - отварное блюдо
2* - запеченное блюдо
3* - тушеное блюдо
4* - выпечное блюдо
5*-холодное блюдо

ООО " АЛЬФА-ПРОВИАНТ"

МЕНЮ

2 день

младшие классы (бюджет)

"14" 09 2021 г

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак 63-00					
КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, вода, молоко, соль, сахар, масло сливчоное) 1*	150/5	5,5	11,6	26,9	250,1
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	35	5,0	5,0	10,3	107,0
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	200	3,80	3,00	24,50	141,10
ФРУКТЫ (банан свежий)	180	0,5	0,1	15,1	54,0
Итого	**570**	**14,8**	**19,7**	**76,8**	**552,2**
Обед 110-00					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (свекла, масло подсолнечное, сахар, соль) 5*	60	0,9	2,0	6,6	48,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (бройлеры цыплята, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода, сметана, зелень) 1*	200/5/5	2,8	9,7	15,1	184,7
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (***рыбное филе***, батон нарезной, морковь, вода, лук репчатый, ***яйцо куриное***, масло сливочное,соль) 2*	80	14,0	4,4	4,6	152,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное,соль) 1*	150	3,2	5,1	21,5	144,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17,0	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЁННЫЙ (батон нарезной)	50	3,8	1,5	25,7	131,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (яблоки, груши, вода, сахар, ***лимонная кислота***) 1*	200	0,3	0,1	27,1	110,9
Итого	**790**	**27,6**	**23,2**	**117,6**	**853,1**
ВСЕГО		**42,4**	**42,9**	**194,4**	**1405,3**

Директор ГБОУ _____

Зав. пищеблоком _____

Бухгалтер _____

Способ приготовления блюд:
1* - отварное блюдо
2* - запеченное блюдо
3* - тушеное блюдо
4* - выпечное блюдо
5*-холодное блюдо