

Утверждаю:
 Заведующий филиалом
 В.М. Антипов

«30» января 2023 г

«Першинская СОШ» - филиал МАOU «Демьянская СОШ имени

гвардии матроса А.Копотилова» Уватского муниципального района

МЕНЮ

«30» января 2023 года

Наименование блюда	Выход		Стоимость		Ккал	Белки	Жиры	Угле- воды
	7-11	12-18	7-11	12-18				

Завтрак (15 день)

Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком № 4/1-2011	80	100	7,00	8,55	52	70	1,2	1,5	4,0	5,0	2,9	4,7
Фрикадельки из кур №410-2013	120	120	34,1	34,10	193,3	193,	12,	12,	12,9	12,	6,4	6,4
Рис припущенный №512-2004	150	180	9,85	11,70	166,0	196,	3,7	4,4	3,6	4,3	29,7	35,0
Чай «Витаминный» №493- 2013	200	200	5,38	5,38	82,9	89,2	0,7	0,7	0,1	0,1	19,8	19,8
Хлеб ржаной 20	20	20	1,40	1,40	40,5	40,5	0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4
Хлеб пшеничный 15	20	20	1,08	1,43	29,2	38,9	0,8	1,0	0,2	0,3	6,1	8,1
яблоко	270	270	25,6	25,65	130,2	130,	0,9	0,9	0,0	0,0	31,6	31,6
Итого за завтрак			84,4	88,21	694,1	758,	20,	22,	20,9	22,	105,	115,
			6		4	70	9	1	7	98	115,	115,

Обед (4 день)

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Белки	Жиры	Угле- воды
--------------------	-------	-----------	------	-------	------	---------------

Ци из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной № 124-2004	5	250/20/	30,00	111	5,1	6,3	8,5
Голубцы ленивые с соусом сметанным №160-2001	125/50		47,90	268	9,9	10,9	7,7
Пюре картофельное № 520-2004	180	15,10	170	3,8	5,3	26,7	
Компот из свежих яблок № 585-1996	200	5,33	85	0,2	0,2	20,5	
Хлеб пшеничный	40	2,87	117	4,8	0,6	22,8	
Хлеб ржаной	40	2,80	81	1,9	0,4	17,5	
Итого за обед		104,00	832	25,7	23,7	103,7	
ИТОГО							

Ответственная за питание Приходько Н.В.

Повар Юрченко К.В.