Утверждаю
Директор школы: Лесняк Т.В
Федеральный бюджет

МЕНЮ
ШКОЛА 23
на 08.03 - 12.03.2021

Наименование	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Каллорийность	№ рецептуры
ОБЕД						
08.03.						
Фрукт(груша)	150	0,4	0,3	8,2	36,6	№ 25
Свеколь с мяс и смет	200	3,1	4,4	4,9	71,3	№ 32
Плов с курицей	240	10,6	6,2	15,9	161,7	№ 79
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Компот(клубника)	200	0,25	0	7,92	32,68	*№96*
09.03.						
Суп куриный с вермиш	200	2,4	3,8	4,5	61,8	№ 35
Печень туш в сметане	80	15,3	8,6	3,7	153,5	№ 85
Картофельное пюре	150	2,2	5,2	14,9	115,4	№ 50
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Чай с сахором	200	0,1	0	5,5	22,4	№ 144
10.03.						
Огурцы порционные	60	0,7	0,1	1,7	10,3	№ 28
Суп рыбный с крупой	200	2,5	4,3	6,3	73,9	№ 36
Чахохбилли	90	22,5	17,3	2,6	255,7	№ 150
Каша гречневая	150	4,8	3,4	22,6	140,2	№ 54
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Кисель клюквен	200	0	0	12,2	48,8	№ 95
11.03.						
Фрукт(яблоко)	150	0,4	0	11,3	46	№ 24
Рассольник с мяс и смет	200	3,2	3,1	6,1	65,3	№ 33
Рагу овощное	150	1,6	4,6	9,4	85,9	№ 22
Котлета Деликатес	90	16	22,7	9,9	316	№ 94
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Чай с сахором	200	0,1	0	5,5	22,4	№ 144
12.03.						
Суп овощной с гренка	200	1,5	3,7	7,6	68,8	№ 46/1
Мясо туш.в сметане	90	18	36,6	3	313,3	№ 181
Макароны отварные	150	4,3	2,7	26,8	149,1	№ 64
Горошек консерв	60	3,1	0,2	7,1	41	№ 172
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Компот(курага)	200	0,5	0	11,8	49,2	№ 102

Утверждаю
Директор школы: Лесняк Т.В
Федеральный бюджет

МЕНЮ
ШКОЛА 23
на 08.03 - 12.03.2021

Наименование	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Каллорийность	№ рецептуры
ЗАВТРАК 08.03						
Каша рисовая с масл	200/5	3,16	3,5	15,31	105,47	№ 56
Пряник	50	5,4	6,6	58,5	315	№ 162
Фрукт(груша)	150	0,4	0,3	8,2	36,6	№ 25
Чай с сахором	200	0,1	0	5,5	22,4	№ 114
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Батон пшеничный	20	7,2	2,7	49,1	252,2	№ 121
09.03.						
Огурцы порционные	60	0,7	0,1	1,7	10,3	№ 28
Котлета Ряба	90	18,4	15,8	13	267,7	№ 84
Макароны отварные	150	4,3	2,7	26,8	149,1	№ 64
Чай с сахором	200	0,1	0	5,5	22,4	№ 144
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Батон пшеничный	20	7,2	2,7	49,1	252,2	№ 121
10.03.						
Гуляш из свинины	90	14,7	28,4	4,7	333,4	№ 89
Капуста тушеная	150	2,3	3,6	12	90,1	№ 122
Сыр индивид	17	24,4	23,6	0	310	№ 1
Компот(черная смород)	200	19,8	13,3	9,2	235,3	№ 91
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
Батон пшеничный	20	7,2	2,7	49,1	252,2	№ 121
11.03.						
Икра кабачковая	60	2	9	8,6	122	№135
Плов с курицы	240	10,6	6,2	15,9	161,7	№ 79
Фрукт(яблоко)	150	0,4	0	11,3	46	№ 24
Чай с сахором и лимон	200	0,1	0	5,5	22,8	№ 113
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120
12.03.						
Маринад из моркови	60	2	7,1	10,3	113,2	№ 13
Картофельное пюре	150	2,2	5,2	14,9	115,4	№ 50
Рыба запечен с сыром	90	21,4	3,8	3,5	134,3	№ 146
Компот(вишня)	200	0,1	0	8,35	33,86	№ 100
Хлеб пш/рж	20/30	7,1/5,7	0,7/1,1	44,2/37,2	240/181,3	№119/120

Шеф-повар: Бочкарева О. Г.