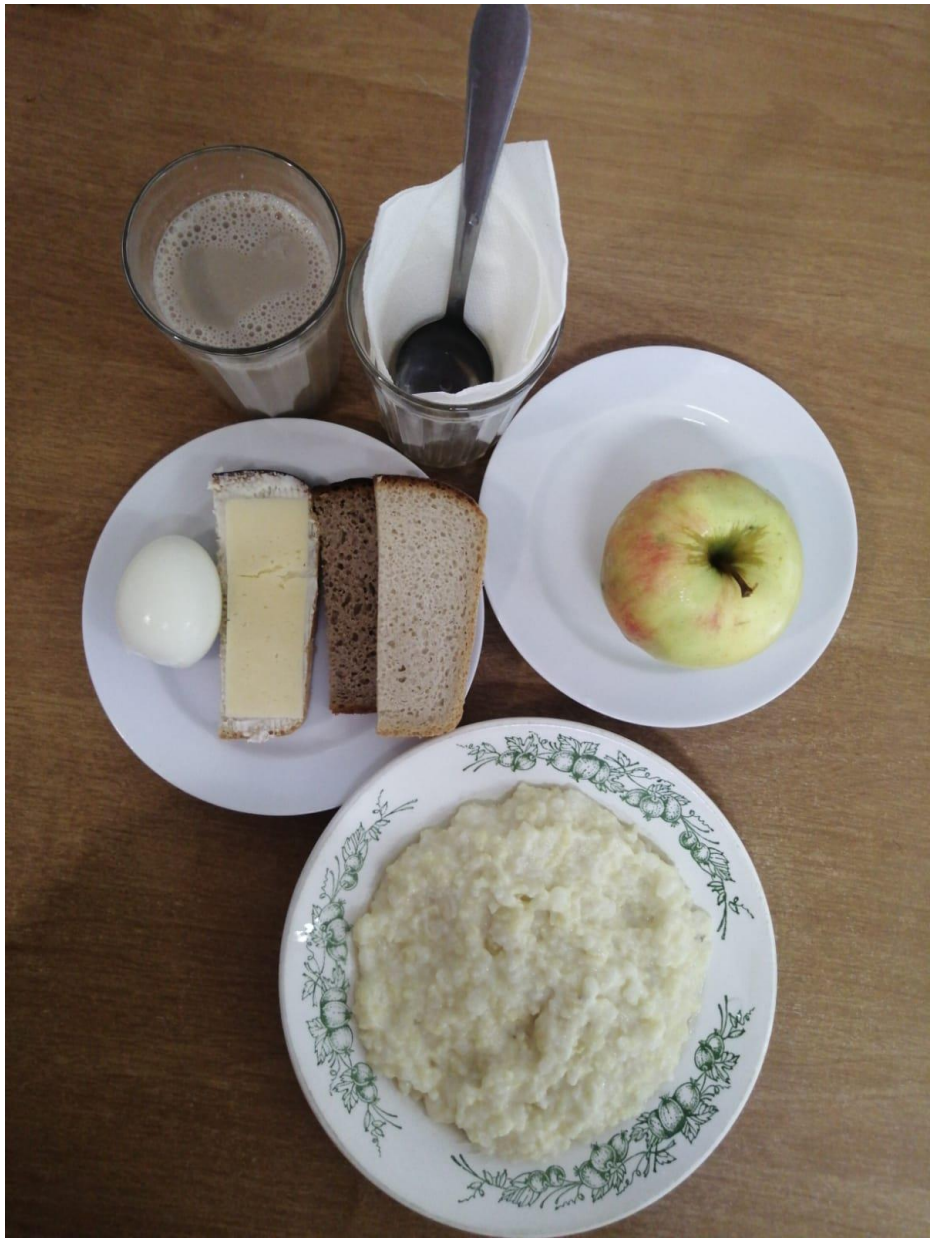
Меню – Завтраки 12 лет и старшие в ст. х. с ОВЗ и Завтраки (10 дн.) с 09.01.2024

СЕЗОН - ЗИМА

в гр. 13

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
376/16	Каша молочная жидкая "Дружба" (рис, пшено) 200/5 рацион 2023	205	6,45	7,02	35,14	229	19,94
377/13	Яйцо отварное #0	40	5,08	4,60	0,29	63	23,92
82/13	Сыр (порционный) 30	30	7,84	7,93		103	34,37
462/96	Масло сливочное (порционно) 15 рацион	15	0,12	10,05	0,20	94	14,98
268/14	Кофейный напиток на молоке 200 (5/200/15)	200	1,40	5,00	28,49	118	20,37
	Батон пшеничный 30 рацион	30	2,40	0,30	14,73	71	2,19
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24 рацион	24	1,58	0,29	9,60	46	1,91
338/13	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	0,40	0,40	9,80	47	14,25
	Итого за Завтрак	**644**	**25,11**	**35,32**	**97,13**	**767**	**132,91**
	Обед						
70/96	Борщ со свеклой со сметаной 250/5	255	1,97	8,68	12,72	118	16,12
492/21	Бэлэксы (пельмешки из филе куриной грудки замороженные) 100	100	18,54	12,06	13,95	190	82,27
440/21	Пюре картофельное 175/5	180	19,16	4,52	32,04	208	14,90
512/13	Сок фруктовый 200 рацион	200	1,00	0,20	20,20	92	28,20
	Хлеб пшеничный 45 рацион	45	3,06	0,45	21,74	106	2,92
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 36 рацион	36	2,38	0,43	14,26	71	2,71
	Итого за Обед	**816**	**46,50**	**26,94**	**114,91**	**816**	**126,76**

Директор СШ

Зам. директора по УВР

АНО «Стандарты социального питания»