

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

РКОУ интернат № 31(11М) Молдагул 6А

Директор школы № 150
С.И.О.Генеральный директор
ООО "Продсоюз"
Сунгурян А.А.

МЕНЮ

Питание за счет средств бюджета
25 февраля 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					Завтрак (1-4 кл) 82-69	82,69 р.
					Омлет натуральный, запеченный	
15,6 6	16,86	2,925	226,065	150	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное	
					Кофейный напиток злаковый на молоке	
3,79	3,4	25,47	150,8	200	Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко	
					Изделие деликатесное из мяса (ветчина)	
6,78	6,27		83,55	30	Ветчина детская	
					Масло коровье сладкосливочное несоленое	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло сливочное шт	
					Хлеб из муки пшеничной	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке	
					Завтрак 2 (1-4 кл) 25-43	25,43 р.
					Молоко	
6	6,4	9,4	120	200	Молоко	
					Мармелад 18 г	
0,02		14,29	57,78	18		
					Мармелад 18 г	
0,02		14,29	57,78	18		
					Обед (1-4 кл) 140-84	140,84 р.
					Салат из свеклы и зеленого горошка	
0,95 4	6,06	4,878	77,76	60	Свекла очищенная, Лимонная кислота, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Соль	
					Суп крестьянский с крупой	
1,88	4,2	10,82	89,22	200	Калуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
					Гуляш из мяса птицы	
9,58 4	8,04	1,28	107,504	80	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль	
					Каша гречневая рассыпчатая	
5,06 4	4,284	22,848	150	120	Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное	
					Напиток смородина	
0,12	0,04	16,86	69,12	200	Смородина черная б/з, Сахар-песок	
					Хлеб из муки пшеничной	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке	
					Хлеб ржано-пшеничный	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	
					Полдник (1-4 кл) 58-45	58,45 р.
					Пицца школьная	
6,30 5	9,135	15,885	171,65	50		
					Чай с сахаром	
		15,98	63,84	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		98,01 р.
					Ужин 1 (1-4) кл 98-01	
					Говядина отварная	
23,0 64	19,84		270,32	80	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль	
					Соус томатный	
0,49 8	0,882	2,544	20,619	30	Масло сливочное, Мука пшеничная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль	
					Изделия макаронные отварные	
4,42 8	3,492	28,2	161,988	120	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное	
					Сок фруктовый	
2	0,2	20,2	92	200	Сок яблочно-виноградный	
					Масло коровье сладкосливочное несоленое	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло сливочное шт	
					Хлеб из муки пшеничной	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке	
					Хлеб ржано-пшеничный	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		89,16 р.
					Завтрак 1 (5-11 кл) 89-16	
					Омлет натуральный, запеченный	
18,7 92	20,232	3,51	271,278	180	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное	
					Кофейный напиток злаковый на молоке	
3,79	3,4	25,47	150,8	200	Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко	
					Изделие деликатесное из мяса (ветчина)	
6,78	6,27		83,55	30	Ветчина детская	
					Масло коровье сладкосливочное несоленое	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло сливочное шт	
					Хлеб из муки пшеничной	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		25,43 р.
					Завтрак 2 (5-11 кл) 25-43	
					Молоко	
6	6,4	9,4	120	200	Молоко	
					Мармелад 18 г	
0,02		14,29	57,78	18		
					Мармелад 18 г	
0,02		14,29	57,78	18		

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		167,52 р.
					Обед (5-11кл) (1 комплекс) 167-52	
					Салат из свеклы и зеленого горошка	
1,59	10,1	8,13	129,6	100	Свекла очищенная, Лимонная кислота, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Соль	
					Суп крестьянский с крупой	
2,35	5,25	13,525	111,525	250	Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
					Гуляш из мяса птицы	
11,9 8	10,05	1,6	134,38	100	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль	
					Каша гречневая рассыпчатая	
6,33	5,355	28,56	187,5	150	Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное	
					Напиток смородина	
0,12	0,04	16,86	69,12	200	Смородина черная б/з, Сахар-песок	
					Хлеб из муки пшеничной	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке	
					Хлеб ржано-пшеничный	
2,24	0,44	19,76	92,8	40	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		59,25 р.
					Полдник (5-11 кл) 59-25	
					Пицца школьная	
6,30 5	9,135	15,885	171,65	50		
					Чай с сахаром	
		15,98	63,84	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	

					Ужин 1 (5-11) кл 114-62	114,62
					Говядина отварная	
28,8 3	24,8		337,9	100	Говядина тазобедренная часть п/ф. Соль	
					Соус томатный	
0,49 8	0,882	2,544	20,619	30	Масло сливочное, Мука пшеничная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-п, Соль	
					Изделия макаронные отварные	
5,53 5	4,365	35,25	202,485	150	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное	
					Сок фруктовый	
2	0,2	20,2	92	200	Сок яблочно-виноградный	
					Масло коровье сладкосливочное несоленое	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло сливочное шт	
					Хлеб из муки пшеничной	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке	
					Хлеб ржано-пшеничный	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Главный технолог

РКК

Зав. производством

лш