

МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
дети с ограниченными возможностями здоровья и дети из многодетных семей

Школа МБОУ СОШ №42 г. Ставрополя

Отд./корп

День

12.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	нат	71	Соленые огурцы	60	8,39	9,6	0,6	0,1	1,5		
	горячее	237	Зразы рыбные рубленные (из минтая) с маслом сливочным	90/7	28,84	201,6	12,1	16,2	13,4		
			гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,6	202	2,5	15,7	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	180	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1		
			хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,26	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,66	129	4,3	1,65	21,25		
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7		
			Итого за прием пищи:	767	82,5	839,7	24,25	34,95	102,65		
Обед	овощи нат	71	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2		
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	7,36	122,4	2,3	5,3	16,4		
			Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	25,13	244	13,2	12,9	18,8		
	2 блюдо	239	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	16,06	191,4	3,9	11,5	22,7		
			гарнир	312	Напиток из плодов шиповника	200	5	88,2	0,7	0,3	20,8
	3 бл	388	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
			хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7		
			Итого за прием пищи:	1080	82,5	975,4	29,65	32,85	141,05		
			Всего за день:	1847	165	1815,1	53,9	67,8	243,7		
2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образоват.											
под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.											
Зав.производством <i>Акишина</i> М.А. Акишина											
Экономист по ценам Л.А. Миргородская											