



Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 2



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 2

с 13 по 17 сентября 2021г.

### Экспресс завтрак

13.09.2021

| №   | Наименование блюда            | Выход,гр | Цена         | Белки        | Жиры         | Углев        | ЭЦ,ккал       |
|-----|-------------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 444 | Фрикасе из курицы             | 56       | 31-15        | 18,7         | 21,4         | 3,11         | 258,18        |
| 465 | Рис отварной                  | 100      | 7-78         | 4,66         | 6,2          | 48,5         | 272,4         |
| 628 | Чай с сахаром                 | 200.10   | 1-45         | 0,2          | -            | 10,02        | 38,99         |
|     | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30       | 3-12         | 2,28         | 0,27         | 14,91        | 67,8          |
|     | <b>Итого:</b>                 |          | <b>43-50</b> | <b>25,84</b> | <b>27,87</b> | <b>76,54</b> | <b>637,37</b> |

14.09.2021

| №   | Наименование блюда            | Выход,гр | Цена         | Белки        | Жиры         | Углев        | ЭЦ,ккал       |
|-----|-------------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 320 | Минтай тушеный с овощами      | 77.30    | 28-01        | 13,12        | 9,54         | 18,18        | 206,83        |
| 472 | Картофельное пюре             | 100      | 10-92        | 3,68         | 5,87         | 26,28        | 180,07        |
| 628 | Чай с сахаром                 | 200      | 1-45         | 0,4          | -            | 15,05        | 57,98         |
|     | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30       | 3-12         | 2,28         | 0,27         | 14,91        | 67,8          |
|     | <b>Итого:</b>                 |          | <b>43-50</b> | <b>21,32</b> | <b>20,78</b> | <b>79,21</b> | <b>585,17</b> |

15.09.2021

| №   | Наименование блюда                         | Выход,гр | Цена         | Белки        | Жиры        | Углев        | ЭЦ,ккал       |
|-----|--------------------------------------------|----------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| 297 | Запеканка «Царская»<br>с молоком сгущенным | 100.10   | 38-93        | 15,68        | 7,44        | 22,06        | 217,8         |
| 642 | Чай с сахаром                              | 200      | 1-45         | 0,2          | -           | 10,02        | 38,99         |
|     | Хлеб «Рябинушка» йодированный              | 30       | 3-12         | 2,28         | 0,27        | 14,91        | 67,8          |
|     | <b>Итого:</b>                              |          | <b>43-50</b> | <b>18,16</b> | <b>7,71</b> | <b>46,99</b> | <b>324,59</b> |

16.09.2021

| №   | Наименование блюда            | Выход,гр | Цена         | Белки        | Жиры         | Углев        | ЭЦ,ккал       |
|-----|-------------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 284 | Омлет натуральный             | 185      | 38-93        | 19,54        | 21,54        | 3,03         | 378,4         |
| 642 | Чай с сахаром                 | 200      | 1-45         | 0,2          | -            | 10,02        | 38,99         |
|     | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30       | 3-12         | 2,28         | 0,27         | 14,91        | 67,8          |
|     | <b>Итого:</b>                 |          | <b>43-50</b> | <b>22,02</b> | <b>21,81</b> | <b>27,96</b> | <b>485,19</b> |

17.09.2021

| №   | Наименование блюда            | Выход,гр | Цена         | Белки        | Жиры        | Углев        | ЭЦ,ккал       |
|-----|-------------------------------|----------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| 401 | Гуляш из говядины             | 26.30    | 29-90        | 19,44        | 21,41       | 10,06        | 291,34        |
| 463 | Гречка рассыпчатая            | 100      | 9-03         | 8,44         | 10,82       | 40,59        | 278,45        |
| 628 | Чай с сахаром                 | 200.10   | 1-45         | 0,2          | -           | 10,02        | 38,99         |
|     | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30       | 3-12         | 2,28         | 0,27        | 14,91        | 67,8          |
|     | <b>Итого:</b>                 |          | <b>43-50</b> | <b>30,36</b> | <b>32,5</b> | <b>75,58</b> | <b>676,58</b> |

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: