



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 2

на 28 декабря 2022 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат из моркови с изюмом	80	11-60	1,0	0,1	12,8	55,8	№10-2013
Гуляш из говядины	100	55-47	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	20-17	3,1	6,6	32,0	199,7	№508-2004
Какао с молоком	200	19-56	3,4	3,2	21,2	127,2	№642-1996
Пюре фруктовое «Малышам»	2/125	69-94	0,0	0,0	22,5	90,0	
Сок в индивидуальной упаковке	500	68-90	1,25	0,0	85,0	345,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-28	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	2-08	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		250-00	19,55	17,8	194,4	1015,4	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	82	31-32	9,1	7,5	3,4	96,4	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	24-76	3,7	7,9	50,0	285,9	№508-2004
Какао с молоком	200	19-56	3,4	3,2	21,2	127,2	№642-1996
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-28	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	2-08	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		80-00	17,9	19,0	92,1	589,7	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат картофельный с огурцами	80	7-92	1,4	4,0	7,4	71,0	№66-2013
Уха ростовская	250/39	25-14	5,5	5,9	18,9	150,5	№119-2006
Фрикадельки из кур	100	46-65	10,8	10,9	5,4	162,9	№410-2013
Макаронные изделия отварные	150	10-20	3,2	2,8	34,3	175,2	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	13-05	0,2	0,0	22,2	89,8	№705-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	40	4-56	2,0	0,6	16,2	77,8	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	2-08	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		109-60	23,8	24,3	113,8	768,5	

Зав. производством: 

Калькулятор: 

Мед. работник: 

Ответственный за питание: 