



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 2



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 2

на 31 января 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие	60	15-26	0,5	0,1	1,3	12,2	№106-2013
Курица тушеная в соусе	70.50	55-72	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	20-65	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из смородины	200	13-23	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	21,01	20,7	94,35	633,47	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (поджаривание)	45	11-68	0,5	0,1	1,3	9,2	№106-2013
Курица тушеная в соусе	70.50	55-72	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	180	24-23	4,66	6,2	48,50	272,4	№ 511-2004
Компот из смородины	200	13-23	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	21,79	21,73	102,43	675,87	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови и огурца с яйцом	60	11-63	0,05	3,55	21	61,45	№ 12-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	37-77	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-41	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макаронные отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-71	0,2	-	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	44-71	43,19	113,0	933,8	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание