

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник ЛДП

Н.М. Мисирова

М Е Н Ю

14.07.2021

Приятного аппетита!

ШКОЛА № 10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ДЕНЬ			калор
						Б	Ж	У	
завтрак	гор блюдо	263	Каша молочная рисовая с карамелизованным персиком	170	20,62	5,1	11,7	30,45	174,28
	напиток	10	Витаминизированное какао "Витошка"	200	13,47	3,9	3,1	25,2	145
	сладкое	442	Ватрушка с творогом	80	21,17	4,92	7,02	22,77	255
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	1,92	4,92	1,28	41,16	208,56
				ИТОГО:	500	57,18	18,84	23,1	119,58
обед	гарнир	242	Картофель запеченный*	150	23,17	3,38	10,9	26,55	162
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,47	2,38	0,59	13,9	73,04
	1 блюдо	85	Суп - крем из шпината	200	17,98	2,56	3,52	14	100,8
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	8,05	0,2	0,1	25	102
	закуска	86	Помидоры свежие порц	50	8,51	0,5	0,1	1,7	12
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	1,86	3,28	0,86	27,44	139,04
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,73	4,1	1,07	34,3	173,8
	2 блюдо	613	Шашлычок из рыбы	90	69,55	16,9	14,5	0,1	169
			ИТОГО:	800	133,32	33,3	31,64	142,99	931,68
			ИТОГО за день:	1300	190,50	52,14	54,74	262,57	1714,52

Старший повар

Н.М. Мисирова