



Захарова Е. И.

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора

Писаревская Н. Н.



Директор школы

Ларионова Г. И.

МБУ СОШ ЗАТО Звездный
Столовая

МЕНЮ РАЦИОНА ПИТАНИЯ 27 СЕНТЯБРЯ

№ блюда п/п	Наименование блюда и входящие в него ингредиенты с указанием их веса в граммах	Норма выхода готового продукта, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич. ценность (Ккал)	Цена (руб)
II -я неделя							
6-й день							
Завтрак							
1	Каша гречневая вязкая	180	8,24	11,60	29,30	255,00	10,00
2	Котлеты из говядины	100	17,80	17,50	14,30	286,00	29,00
3	Фрукт свежий	150	0,60	0,60	14,70	70,50	10,00
4	Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00	10,00
5	Булочка школьная	60	5,50	2,00	37,40	189,00	15,00
6	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,76	71,40	1,50
Итого завтрак:			38,14	35,30	135,46	1015,90	75,50
Обед							
1	Салат картофельный	100	1,90	5,40	13,40	110,00	11,50
2	Суп Свекольник	250	1,74	3,56	9,62	77,60	19,50
3	Котлеты из мяса птицы	100	15,00	10,70	9,29	189,00	20,00
4	Макароны отварные	180	6,79	0,81	34,80	174,00	15,00
5	Напиток из клюквы	200	0,10	0,00	20,70	83,00	15,00
6	Хлеб пшеничный	60	4,78	2,00	35,86	174,00	3,00
7	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	1,00
Итого обед:			31,63	22,71	130,35	842,40	85,00
Итого за 6-й день:			69,77	58,01	265,81	1858,30	160,50

Заведующая столовой

Иванова Н. С.