



Фёдоров Д.Д.

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора



Директор школы

Гарринова Г. И.

МБУ СОШ ЗАТО Звездный
Столовая средняя школа

МЕНЮ РАЦИОНА ПИТАНИЯ 25 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)
6-й день							
Завтрак							
1	Макаронные изделия отварные с сыром	210	10,4	12,49	38,14	310,07	39,00
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	22,00
3	Компот из фруктов сушеных	220	0,23	0	13,7	55,04	17,00
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	2,00
Итого завтрак:			19,53	17,49	76,74	545,61	80,00
Обед							
1	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	10,09	3,25	112,63	12,00
2	Суп картофельный с горохом	250	10,62	11,5	2,98	165,28	20,00
3	Птица отварная	100	26,2	26,31	0,52	343,11	25,00
4	Рис отварной	180	4,64	5,63	48,1	261,63	15,00
5	Компот из фруктов сушеных	180	0,09	0	17,46	66,42	15,00
6	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	2,00
7	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1,00
Итого обед:			50,25	54,53	113,61	1153,57	90,00
Итого за 6-й день:			69,78	72,02	190,35	1699,18	170

Заведующая столовой

Мерзлякова С.И.