



УТВЕРЖДАЮ

Фёдоров Д.Д.

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора

Директор школы

Писаревская Н. Н.

Ларионова Г. И.

МБУ СОШ ЗАТО Звездный
Столовая средняя школа

МЕНЮ РАЦИОНА ПИТАНИЯ 27 ОКТЯБРЯ

№ 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)
10-й день							
Завтрак							
		90	10,2	10,12	3,08	116,85	34,00
1	Курица в томатном соусе	50	4,02	5,2	31,57	187,46	15,00
2	Булочка домашняя	50	2,4	0,3	14,76	71,4	2,00
3	Хлеб пшеничный	180	4,64	5,63	48,1	261,63	17,00
4	Пюре картофельное	180	0,18	0	13,52	52,88	12,00
5	Чай с сахаром						
	Итого завтрак:		21,44	21,25	111,03	690,22	80
Обед							
		100	0,48	0,06	1,5	8,4	15,00
1	Салат картофельный с соленым огурцом	250	2,06	2,22	14,84	87,6	20,00
2	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	28,7	26,38	18,88	410	36,00
3	Плов из говядины	180	0,23	0,18	22,5	91,51	15,00
4	Компот из яблок с лимоном	60	4,8	0,6	26,5	143	2,00
5	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2,00
6	Хлеб ржаной						
	Итого обед:		37,59	29,68	90,9	775,31	90
	Итого за 10-й день:		59,03	50,93	201,93	1465,53	170

Заведующая столовой

Усольцева С.В.