



Меню для организации бесплатного горячего питания в общеобразовательных учреждениях Чистопольского района на 2023/2024 учебный год 2023г

недел	день недели	Прием пищи	раздел в меню	Блюда	Вес блюда, в гр.	Белки	жиры	Углевод	Калорий	№ рец.	Цена
1	1	Завтрак	Бутерброд	Гренки с сыром	30/10	0,82	3,05	8,71	120,2	5сб шк	
	07.11.23		горячее блю	Каша молочная ячневая							
				молочная жидкая со слив маслом	200/10	7,3	10,39	16,43	288,4	176 сб шк	
				Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
				Хлеб	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>510</b>	<b>10,601</b>	<b>10,835</b>	<b>55,165</b>	<b>580,72</b>		<b>61,93</b>
1	2	Завтрак	Выпечка	Булочка к чаю	50	12,73	13,7	27,34	303	143сб шк	
	08.11.23		горячее блю	Плов из курицы с зеленью	50/150/5	12,73	13,7	27,34	303	138 сб шк	
				Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
				Хлеб	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Компот из свежих яблок	200/8/10	3,97	2,1	25,168	135,452	294сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>523</b>	<b>19,98</b>	<b>16,24</b>	<b>76,268</b>	<b>550,572</b>		<b>61,93</b>
1	3	Завтрак	гарнир	Гарнир гречневый с морковью	150/5	3,09	4,657	22,027	142,381	146сб шк	
	09.11.23		2 блюдо	Тефтели из говядины с соусом							
				кр.осн	90/20	7,99	12,4	14,4	204	108сб шк	
				Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
				Хлеб	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Какао с молоком	200	3,3	1,51	29,06	143,03	288сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>515</b>	<b>18,32</b>	<b>19,13</b>	<b>91,53</b>	<b>601,531</b>		<b>61,93</b>
1	4	Завтрак	Бутерброд	Бутерброд с сыром	30/10					3сб шк	
	10.11.23		горячее блю	Макаронник с мясом и маслом с зе	200/10	6,86	6,58	30	206,66	117сб шк	
				Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
				Хлеб	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>510</b>	<b>21,581</b>	<b>18,64</b>	<b>90,68</b>	<b>378,78</b>		<b>61,93</b>