



Согласовано:

Директор

ГАОУ «Школа Иннополис»

/С.К. Ежов/

Меню на « 25 » 10

Утверждаю:

Заведующий производством ООО «Раздолье»

/О.В. Хайретдинова/

2023 года

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал
			Б	Ж	У	
День 9						
<b>ЗАВТРАК</b>						
338	Фрукты	100	14,36	11,79	8,22	164,42
2	Салат витаминный	60	0,72	3,06	3,3	43,8
234	Котлеты рыбные с соусом	50/40	10,8	11,8	6,5	175
312	Каша "Дружба"	150	3,282	4,657	22,027	143
376	чай черный с сахаром	200	0,13	0,012	9,87	59,5
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47,33
ПР	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	9	44
<b>ИТОГО</b>		<b>650</b>	<b>32,112</b>	<b>31,679</b>	<b>68,757</b>	<b>677,05</b>
<b>ОБЕД (КОМПЛЕКС 1)</b>						
70	Салат из моркови с сахаром	100	0,48	0,06	1,02	6
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,442	3,936	8,746	83
279	Тефтели говяжьи с соусом	50/50	5,43	6,03	6,87	103,27
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	2,903	5,645	23,4	155,65
349	Напиток из сухофруктов	200	0,2	-	13,7	56
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,58	10,28	52,4
ПР	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	7	35
<b>ИТОГО</b>		<b>875</b>	<b>13,255</b>	<b>16,451</b>	<b>71,016</b>	<b>491,32</b>
<b>ОБЕД (КОМПЛЕКС 2)</b>						
52	Салат из капусты с растительным маслом	100	9,05	10,2	10,69	171
98	Суп крестьянский с крупой	250	1,186	3,934	4,872	61
268	Гуляш из птицы	50/50	8,2	9,9	10,21	151
143	Капуста тушеная	180	2,02	12,56	9,83	162,29
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,58	10,28	52,4
ПР	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	7	35
<b>ИТОГО</b>		<b>870</b>	<b>23,416</b>	<b>37,534</b>	<b>80,762</b>	<b>747,29</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
376	Чай черный с сахаром	200	0,2	-	13,7	56
ПР	Вафли	40	1,5	1,96	14,88	83,4
<b>ИТОГО</b>		<b>240</b>	<b>1,7</b>	<b>1,96</b>	<b>28,58</b>	<b>139,4</b>

Согласовано:

Заместитель директора по УВР

Н.С. Патрикеев

Замена блюд не производилась/производилась