



Согласовано:

Директор

ГАОУ «Школа Иннополис»

/С.К. Ежов/

Утверждаю:

Заведующий производством

ООО «Раздолье»

/О.В. Хайретдинова/



Меню на « 31 » ~~сентября~~ 2024 года

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал
			Б	Ж	У	
<b>День 9 (Среда)</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
52	Салат из капусты с растительным маслом	60	9,05	10,2	10,69	171
279	Тефтели говяжьи в томатном соусе	50/30	5,43	6,03	6,87	103,27
203	Макароны отварные с маслом	150/5	0,13	0,012	9,87	59,5
382	Напиток из сухофруктов	200	3,78	0,67	21	105
573	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47,33
574	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	9	44
<b>ИТОГО</b>		<b>545</b>	<b>21,21</b>	<b>17,272</b>	<b>67,27</b>	<b>530,1</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 тушенная	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