

Согласовано:
Директор школы № 65

Маслова Н.А.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа №65 МЕНЮ на 04 Октября 2022 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
Завтрак						
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	16-87	245/8	7.45	13.70	41.01	319
Чай охлажденный с плодовым соком	4-75	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	3-38	50/2 кус	3.95	0.50	1.00	150
Итого	25-00		11.74	14.22	64.54	564
Завтрак 2 вариант						
Бутерброд с маслом	7-15	10/30	1.70	14.40	10.80	164
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	14-05	245/5	7.45	13.70	41.01	319
Чай охлажденный с плодовым соком	4-75	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-05	60	4.74	0.60	1.20	113
Итого	30-00		14.23	28.72	75.54	691
Обед						
Салат из сырых овощей	4-60	70	0.65	3.62	2.27	44
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с курицей	15-57	22,5/250/5	5.12	5.70	13.10	158
Гуляш	28-94	50/50	10.64	28.19	2.89	309
Каша рисовая вязкая	6-65	150	2.25	4.50	22.90	156
Компот из смеси сухофруктов	6-59	200	0.44		28.88	116
Хлеб ржаной	2-65	60/2 кус	2.82	0.60	0.60	126
Итого	65-00		21.92	42.61	70.64	909
Обед 2 вариант						
Салат из сырых овощей	7-66	100	1.09	6.04	3.78	74
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с курицей	15-57	22,5/250/5	5.12	5.70	13.10	131
Гуляш	31-55	55/55	11.70	31.01	3.18	340
Каша рисовая вязкая	7-98	180	2.70	5.40	27.54	187
Компот из смеси сухофруктов	6-59	200	0.44		28.88	116
Хлеб ржаной	2-65	60/2 кус	2.82	0.60	0.60	126
Итого	72-00		23.87	48.75	77.08	974
Полдник (14-00)						
Ватрушка с творогом	13-40	80	9.02	7.83	34.03	244
Кисель из концентрата	3-97	200			30.60	118
Яблоки свежие	12-63	140	0.42		12.04	56
Итого	30-00		9.44	7.83	76.67	418

Зав производством

Белова В.А.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.