



Меню

столовая МАОУ СОШ № 99

"21" октября 2021 г.

1 смена горячий завтрак для обучающихся 1 - 4 классов Вариант горячего завтрака № 9

| Наименование блюда | Выход, гр | Цена, руб | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭЦ, ккал |
|------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Огурцы свежие | 65 | 9,45 | 0,72 | 0,13 | 2,47 | 14,30 |
| Рагу из филе птицы | 50/100 | 49,02 | 13,40 | 7,36 | 15,30 | 169,70 |
| Какао с молоком | 180 | 10,26 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 109,59 |
| Хлеб пшеничный "Умница" | 30 | 2,83 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| Хлеб ржано-пшеничный "Бородинский" | 20 | 1,69 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| Мандарины | 115 | 15,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | 88,26 | 21,49 | 11,88 | 67,39 | 454,29 |

2 смена горячий обед для обучающихся 1 - 4 классов Вариант горячего обеда № 9

| Наименование блюда | Выход, гр | Цена, руб | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭЦ, ккал |
|---------------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Салат из пекинской капусты с морковью | 60 | 5,07 | 0,45 | 3,60 | 1,41 | 39,96 |
| Суп из овощей с фасолью | 200 | 12,02 | 3,12 | 3,68 | 11,68 | 92,80 |
| Печень по-строгановски | 75/35 | 54,79 | 16,62 | 16,62 | 4,77 | 238,33 |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 21,93 | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 250,80 |
| Сок натуральный | 180 | 14,59 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| Хлеб пшеничный "Умница" | 40 | 3,77 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| Хлеб ржано-пшеничный "Бородинский" | 30 | 2,53 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| Лакомка | 30 | 8,78 | 1,00 | 8,50 | 15,00 | 112,00 |
| Итого | | 123,48 | 36,84 | 45,44 | 110,12 | 968,80 |

Ген. директор МУП «КШП №1» _____

Директор МАОУ СОШ № 99 _____

Зав. производством МАОУ СОШ № 99 _____

Худобин А.Н.

Гаврилюк Н.Б.

Щепилова В.М.



