

Руководитель ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Лопатино
Прыткыковская Н.А.

МЕНЮ

«22» ноября 2024 г.



Стоимость дня составляет:

Если 138,92 руб

Сад 154,08 руб

Сборник рецептов: Могильный и Тутельян, 2017 г.

| № | № техно л. карты | Наименование блюда | Выход блюд, г, ясли/сад | Химический состав | | | Энергетическая ценность | Витамин С, |
|---------------------|------------------|----------------------------------|-------------------------|-------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| 1 | 36 | Творожная запеканка | 100/110 | 15,9 | 14,6 | 18,7 | 386,9 | 0,32 |
| 2 | 52 | Бутерброд с маслом сливочным | 20/30 6/6 | 2,5 | 6,2 | 15,6 | 112,9 | 0,3 |
| 3 | 56 | Какао на молоке | 150/200 | 6,3 | 6,3 | 21,9 | 166,4 | 2 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| | - | Сок фруктовый | 100/100 | 6 | 11 | 18 | 188 | 0,5 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| 1 | 20 | Суп с клецками на курин. бульоне | 180/200 | 8,2 | 8,4 | 21,7 | 190,7 | 7,12 |
| 2 | 33 | Птица тушённая с овощами | 120/150 | 11,5 | 7,4 | 21,3 | 198 | 9,4 |
| 4 | 63 | Напиток из сухофруктов | 150/200 | 0,5 | - | 13,4 | 53,7 | 0,5 |
| 5 | - | Хлеб пшеничный | 20/30 | 0,2 | 0,4 | 3 | 3,5 | 1 |
| 6 | - | Хлеб ржаной | 40/50 | 1,5 | 29 | 52 | 164 | 2 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| 1 | - | Кислом. продукт | 150/180 | 3,8 | 3,2 | 4,8 | 120 | 0,8 |
| 2 | 65 | Булочка | 70/70 | 5,8 | 1,5 | 41,9 | 195,2 | 0,25 |
| УЖИН | | | | | | | | |
| 1 | 21 | Гречка с маслом | 110/120 | 6,03 | 6,4 | 31,5 | 211,8 | 0,3 |
| 2 | 49 | Салат «Винегрет» | 40/50 | 13,5 | 61,6 | 76,9 | 264 | 13,2 |
| 3 | - | Хлеб пшеничный | 20/20 | 0,2 | 0,3 | 3 | 3,5 | 1 |
| 4 | 62 | Чай с сахаром | 150/200 | 0,4 | 0,01 | 6,9 | 28 | 0,02 |
| 5 | | | | 0,2 | 0,5 | 2 | 25,6 | 3 |
| | | Всего | | 82,33 | 156,3 | 350, | 2286, | 38,71 |
| | | | | 1 | 6 | 6 | | |

Медсестра диетическая Багдасарян Л.А.

Завхоз Божкова Е.И.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447154

Владелец Чернов Алексей Михайлович

Действителен с 19.11.2024 по 19.11.2025