



МЕНЮ
2 июня 2024 г.
"Кривозерьевская СОШ"
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ соль йодированная, говядина 6/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	13,7	14,4	10,6	211
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,4	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	145	2,4	4,5	10,4	139
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
Итого		23,7	24,7	67,4	768
Обед					
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые	80	0,8	0,1	2,5	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	2,2	4,5	10	72
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ соль йодированная, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	13,5	5,7	10,7	172
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,8	6,9	32,4	295
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	7	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
СОК ФРУКТОВЫЙ сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
Итого		28	18,1	118,1	994
Всего		51,7	42,8	185,5	1762

Повар

Ласкова