

Утверждаю

Директор
МБОУ ПАРАТУНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА
_____/Бордюжа И.А. /

МЕНЮ

16 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	187	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	3,5	3,7	8,2	80	0,2
2004	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИИ)	5		4,1		37	0
2012	18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	397	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	4,5	1,7	14,7	91	0,2
Итого			435	10,2	9,7	37,5	277	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50					0
Итого			150	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	89	СУП ФАСОЛЕВЫЙ СО СМЕТАННОЙ	220	2	6,2	11,6	113	30,8
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	14,7	12	10,4	208	1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,6	3,2	4,1	48	1
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	2,4	3	30,3	117	0
2012	61	САЛАТ СВЕКОЛЬНО-МОРКОВНЫЙ	60	0,9	5,7	4,5	74	1,8
2012	19	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99	0
2012	377	КОМПОТ "АССОРТИ"	200	0,4		22,3	91	1,3
Итого			790	24,2	30,5	103,8	750	35,9
Полдник								
		ВАФЛИ	50					0
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ МОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			10,2	41	0
Итого			250			10,2	41	0
Ужин								
2015	86	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	15,5	4	4,6	115	0,3
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	160	2,6	6,1	16,2	132	14,3
2012	18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,2	33	0
Итого			470	20,4	10,3	43,6	349	14,6
Всего				55,2	50,9	204,9	1464	60,9

Медицинская сестра _____ Никитина А.Ю

Повар _____ Медведева С.В. / Перевезенцева Г.Н.