

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21,9	28,7	17,3	419	0,2
	596	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,5	2,9	6,8	60	0,1
2012	20	БАТОН	40	3,2	0,4	19,6	95	0
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,6	0,5	10,1	51	0,1
Итого			440	28,2	32,5	53,8	625	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	220	1,1	0,2	21,5	92	1,8
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50					0
Итого			270	1,1	0,2	21,5	92	1,8
Обед								
2004	2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	220	2,4	8,9	15,9	155	5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	17,7	17,9	26,3	338	13,3
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,1	5,2	4	68	1,6
2012	19	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,5	0,3	20,3	87	1,6
Итого			710	24,9	32,7	87,1	747	21,5
Полдник								
2015	267	ХАЧАПУРИ С СЫРОМ	70	11,5	17,2	27,1	311	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,2	1,7	8,3	70	0,2
Итого			250	16,7	18,9	35,4	381	0,3
Ужин								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	220	5,7	4,7	21,8	151	0,2
2004	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,3		39	0
2012	18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (МОЛОЧНЫЙ)	200	3,2	1	13,7	76	0,1
Итого			460	11,5	10,2	52,7	347	0,3
Всего				82,4	94,5	250,5	2192	24,3

Медицинская сестра _____ Никитина А.Ю

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