



Согласовано:

Директор

ГАОУ «Школа Иннополис»

/С.К. Ежов/

Меню на « 23 » 10

Утверждаю:

Заведующий производством ООО «Раздолье»

О.В. Хайретдинова/



№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал
			Б	Ж	У	
День 7						
ЗАВТРАК						
338	Фрукты	100	0,845	0,5	8,956	45,68
52	Морковные палочки	60	9,05	10,2	10,69	171
290	Птица тушеные в соусе	50/40	10,75	9,11	3,16	137,7
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	0,13	0,012	9,87	59,5
382	Чай с молоком и сахаром	200	3,78	0,67	21	105
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	11,76	71
ПР	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	9	44
ИТОГО		650	19,01	19,432	91,52	569,88
ОБЕД (КОМПЛЕКС 1)						
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,5	3,78	4,98	60
102	Суп картофельный с бобовыми	250	4,4	4,22	13,23	118,6
295	Биточки куриные с соусом	50/50	11,13	21,38	11,24	282,18
321	Рагу овощное	180	2,48	3,88	11,31	90,12
349	Напиток из сухофруктов	200	0,2	-	13,7	56
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,58	10,28	52,4
ПР	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	7	35
ИТОГО		870	22,51	34,04	71,74	694,3
ОБЕД (КОМПЛЕКС 2)						
67	Салат «Очевидная польза»	100	0,84	6,02	4,37	75,06
102	Щи из свежей капусты	250	4,4	4,22	13,23	118,6
268	Котлеты говяжьи с соусом	50/50	8,2	9,9	10,21	151
310	Картофель запеченный	180	2,29	3,45	18,41	113,88
354	Чай черный с сахаром	200	0,2	-	13,7	56
ПР	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
ПР	Хлеб сельский	20	1,3	0,2	7	35
ИТОГО		890	20,23	24,95	87,48	654,34
ПОЛДНИК						
376	Чай черный с сахаром	200	0,2	-	13,7	56
ПР	Булочка Веснушка	50	1,5	1,96	14,88	83,4
ИТОГО		250	1,7	1,96	25,85	139,4

Согласовано:

Заместитель директора по УВР  Н.С. Патрикеев

Замена блюд не производилась/производилась