

СПДС «Солнышко» ГБОУ СОШ с.Новая Бинарадка



Утверждаю: И.О. директора школы
А.С. Кирдянова

Меню на 24.08.2022

| №ре а | Наименовани е блюда | Масса порци и | Б | Ж | У | Энерг. ценност ь | Вит. В1 | Вит. В2 | Вит. В3 | М.В. Са | М.В. с |
|-----------|---------------------------------------|---------------------|------------|-----------|------------|------------------------|------------|------------|------------|------------|-----------|
| 181 | Каша «Дружба» молочная | 200 | 5.52 | 6.29 | 26.70 6 | 178.901 | 0.12 | 0.28 | 2.34 | 220. 00 | 0.56 |
| 13 | Чай с молоком | 220 | 2.418 | 2.15 | 18.84 | 99.67 | 0.04 | 0.01 6 | 1.4 | 125 | 0.962 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 70.5 | 0.05 | 0.02 | | 6.9 | 0.6 |
| | Всего за завтрак: | | 10.78 | 10.6 8 | 66.23 | 395.45 | 0.24 | 0.38 | 4.38 | 412. 7 | 2.25 |
| | Второй завтрак: | | | | | | | | | | |
| | Свежий фрукт: | 75 | 0.3 | 0.3 | 7.35 | 33 | 0.02 | 0.01 | 7.5 | 12 | 1.65 |
| | Всего за второй завтрак: | | 0.3 | 0.3 | 7.35 | 33 | 0.02 | 0.01 | 7.5 | 12 | 1.65 |
| | Обед: | | | | | | | | | | |
| 10 | Салат из свеклы | 60 | 0.85 | 3.65 | 5.01 | 56.34 | 0.01 | 0.02 | 5.7 | 21.0 9 | 0.79 |
| 88 | Рассольник домашний со сметаной | 250 | 1.87 | 4.72 | 14.30 4 | 103.663 | 0.10 7 | 0.08 1 | 25.19 | 34.5 8 | 1.006 |
| 132 | Шницель мясной паровой | 60 | 9.188 | 9.91 8 | 3.93 | 140.77 | 0.04 | 0.09 3 | 0.06 | 8.66 | 1.74 |
| 213 | Картофельное порё | 150 | 2.64 | 4.73 | 19.89 | 127.721 | 0.14 | 0.14 2 | 22.53 | 59.6 | 1.04 |
| 306 | Компот из яблок | 180 | 0.103 | 0.11 4 | 18.69 9 | 71.67 | 0.01 0 | 0.00 7 | 3.3 | 5.74 | 0.77 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3.3 | 0.6 | 16.7 | 87 | 0.09 | 0.04 | | 17.5 | 1.95 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 70.5 | 0.05 | 0.02 | | 6.9 | 0.6 |
| | Всего за обед: | | 20.02 8 | 24.3 3 | 92.07 6 | 658.911 | 0.31 | 0.37 | 22.04 5 | 191. 2 | 7.43 |
| | Уплотнен ный полдник: | | | | | | | | | | |
| 260 | Сырники творожные запеченные | 150 | 22.46 | 19.0 8 | 23.66 | 350.33 | 0.09 | 0.46 | 0.70 | 240. 2 | 1.17 |
| 128/ 2 | Соус молочный | 30 | 0.61 | 1.57 | 2.12 | 25.14 | 0 | 0.04 | 0.9 | 19.7 5 | 0.06 |
| | Кисель | 180 | 0.156 | 0 | 14.04 | 53.27 | 0.00 7 | 0.01 | 0.1 | 5.37 | 0.8 |
| | Всего за полдник: | | 23.85 | 25.1 7 | 51.66 | 484.51 | 0.10 3 | 0.53 | 1.7 | 270. 92 | 2.63 |