

Меню с 18.03 по 20.03

«Образовательная школа»



Дата	№	Наименование блюд	Масса порции, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал/100 гр.	Цена в рублях
				Б	Ж	У		
18.03	8 день	1 Борщ с капустой и картофелем № 82/2015	200/20	1,44	3,9	8,8		12
	обед	2 Макароны отварн. № 202/2015	150/10	5,67	3,47	18,73	162,75	8,48
		3 Курниа отварная № 288/2015	75	14,0	12,8	0,36	183	29,82
		4 Соус красный основн. № 587/04	30	0,69	1,4	1,95	23,4	1,93
		5 Чай с сахаром № 685/2004	200	0,2	-	15,0	58	1,82
		6 Хлеб пшеничн стр.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	71	2,03
		7 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	53	1,86
		8 Капуста тушеная № 534/2004	60	1,25	2,23	5,8	48	3,98
		9 Яблоки свежие № 338/2015	100	0,4	0,4	19,8	44	12,0
Всего на обед			905	24,93	24,76	95,26	736,15	73,42

19.03	9 день	1 Суп крестьянск с крупой № 98/2015	200/20	1,8	2,4	11,3	74	0,29
	обед	2 Картофель тушеный № 216/2004	150	3,2	9,6	28	182	15,37
		3 Тефтели п/ф	75	10,7	12,4	12,04	202,9	32,55
		4 Соус красный основной № 587/2004	30	0,69	1,4	1,95	23,4	1,93
		5 Компот из изюма № 348/2015	200	0,44	0,02	27,8	113	7,81
		6 Хлеб пшеничн. стр.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	71	2,03
		7 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	53	1,86
		8 Икра морковная рец № 75/2015	60	1,3	2,7	10,1	56,4	7,81
Всего на обед			795,00	22,41	26,68	116,01	775,70	79,25

20.03	10 день	1 Суп картоф. с бобовыми № 102/2015	200/20	3,39	4,22	13,06	107,8	11,22
	обед	2 Каша перловая рассыпчатая № 297/2004	150/10	4,5	6,0	36,75	204	6,89
		3 Рыба отварная № 369/2004	75	14,2	15,0	0,0	202,5	29,02
		4 Соус красный осн. № 587/04	30	0,69	1,4	1,95	23,4	1,93
		5 Хлеб пшеничн. стр.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	71	2,63
		6 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	53	1,86
		7 Компот из чернослива № 348/2015	200	0,4	0,1	23,6	98	8,04
		8 Икра свекольная рец № 75/2015	60	1,34	2,7	7,4	60	7,33
Всего на обед			805,00	25,46	27,28	100,18	759,70	68,92