

СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы № _____

УТВЕРЖДАЮ:

А.М. Волков

ОБЕД 1-4 класс

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Понедельник 11.10.2021 г.						
Щи из свежей капусты с картофелем/фрикадельки мясные	190/15	6,9	4,9	8,2	103	124/2004 112/2004
Филе цыпленка рубленое, запеченное с помидором	90	18,1	12,9	2,9	201	ТТК №35
Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	220	469/1994
Масло сливочное	5	0,03	4,4	0,05	37	14/2005
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	708	34,8	29	91,25	752	
Вторник 12.10.2021 г.						
Борщ с капустой и картофелем/фрикадельки мясные	190/15	6,8	4,9	11,3	96	110/2004 112/2004
Печень по-стогановски/соус сметанный с томатом	50/50	16,3	9,9	8,27	189	387/1994, 601/2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	9,1	9,1	41,6	279	463/1994
АК Напиток из кураги	200	0,4	0	27,3	117	704/2004
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	713	36,9	24,5	118	814	
Среда 13.10.2021 г.						
Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	8,3	5,4	23,3	174	139/2004 106А/2004
Биточек «Гнёздышко»	90	15,5	11,4	6	189	ТТК №26
Рис отварной	160	3,8	6,4	39,3	228	465/1994
АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	708	32,2	23,8	126,4	844	
Четверг 14.10.2021 г.						
Суп картофельный с макаронными изд/цыпленок отв.	180/20	12,1	3,5	17,3	145	140/2004 Т17/1994
Котлета рыбная (филе трески)	90	8,7	5,2	8,3	112	308/2004
Пюре картофельное	160	4,9	4,7	35,46	197	472/1994
АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК46
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	708	30,4	14	92,76	668	
Пятница 15.10.2021 г.						
Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0	2,2	12	Т-24/1994
Рассольник Ленинградский\цыпленок отварной	180/20	13,5	5	14,5	147	132/2004 Т17/1994
Жаркое «Сюрприз»	200	22,6	12,6	38,2	280	ТТК №30
АК Напиток лимонный	200	0,02	0	25,6	103	699/2004
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	718	41,02	18,2	110,3	675	