



Согласовано:
Директор МОУ "Вербенская СШ"
Исмаилов Э.С.

Меню на 01.02.2022

ШКОЛА

МОУ "Вербенская СШ"

7-18 лет

МЕНЮ 7-го дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			ЗАВТРАК						
завтрак	закуска	70\2011	Нарезка овощная(огурец соленый)	100	8,00	0,8	0,1	1,7	13
	закуска	492\2004	Плов с мясом кур	200	48,00	15,2	15,8	36,2	348
	фрукт	338\2011	Фрукт свежие (Яблоко)	100	8,00	0,4	0,4	9,8	44
	напиток	686\2004	Чай с сахаром и лимоном	200	6,00	0,3	0,1	15,2	60
	хлеб	701\2010	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Итого	640	73,02	21,5	18,2	80,3	574

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
	закуска	16\2004	Нарезка овощная (огурец свежий)	100	8	0,8	0,1	2,8	15,2
обед	Первые блюда	139\2004	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	10,00	5,6	6,2	22,3	167
	блюдо	388\2004	Котлета рыбная	100	35,00	10,9	7,3	12,8	159,9
	соус	587\2004	Соус красный	20	3,00	5,2	1,0	0,8	17,6
	гарнир	511\2004	Рис отварной	180	10,00	4,32	10,8	42,84	293,4
	напиток	342\2011	Компот из свежих плодов	200	5,00	0,2	0,1	25,4	99
	хлеб	701\2010	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
		702\2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	890	73,02	30,7	26,6	123,9	846,3
						52,2	44,8	204,2	1420,3