

МЕНЮ

Утверждаю: Директор школы

25 мая 2021г Весёловская СОШ							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА (г.)	цена	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			Энергетическая ценность, ккал	Сборник рецептов блюд при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Лапшина 2004 г Сборник рецептов блюд для предприятий общественного питания Марчук 1994 г
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД 37,70			белки	жиры	углеводы		
Сосиска отварная	50	20.21	5.55	11.95	0.8	133	413/2004
Каша гречневая	100	8.74	5.8	5.2	28.4	183.3	508/2004
Икра свекольная	30	1.78	0.72	2.28	3.9	39	78/2004
Кисель из концентрата	200	4.83	0	0	24.1	96.4	648/2004
Хлеб пшеничный	35	2.14	3.80	0.45	23.10	110.50	Распоряжение
ИТОГО ЗА ОБЕД	415	37.7	15.87	19.88	80.3	562.0	
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД 56,64							
Суп картофельный с рисом	200	8.67	1.44	4.16	13.2	96	138/2004
Сосиска отварная	90	24.54	9.99	21.51	1.44	239	413/2004
Каша гречневая	150	9.21	8.7	7.8	42.6	275	508/2004
Икра свекольная	60	6.38	1.44	4.56	7.8	78	78/2004
Кисель из концентрата	200	4.84	0	0	24.1	96.4	648/2004
Хлеб пшеничный	50	3	3.80	0.45	23.10	110.50	Распоряжение
ИТОГО ЗА ОБЕД	750	56.64	25.37	38.48	112.24	894.9	
Директор Пилягина М.Е.			Повар				

МЕНЮ

Утверждаю:

Директор школы

26 мая 2021г		Весёловская СОШ					
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА (г.)	цена	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			Энергетическая ценность, ккал	Сборник рецептов блюд при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Лапшина 2004 г Сборник рецептов блюд для предприятий общественного питания Марчук 1994 г
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД 37,70							
Птица, тушеная в томатном соусе	80	19.39	10.71	8.67	2	129.3	493/2004
Пюре картофельное	100	9.86	2.1	5.50	14.5	116	520 / 2004
Свекла вареная,зеленый горошек консервированный отварной	59	4.25	1	0.3	6.4	32.0	Таблица 1994 г
Чай с сахаром	200	2.4	0.2	0	15	58	685/2004
Хлеб пшеничный	30	1.8	2.28	0.27	13.86	66.30	Распоряжение
ИТОГО ЗА ОБЕД	469	37.7	16.29	14.74	51.76	401.6	
ОБЕД 56,64							
Борщ с капустой и картофелем	200	8.72	1.36	4.08	8.24	75	110/2004
Птица, тушеная в томатном соусе	90	22.01	12.05	9.75	2.25	145.5	493/2004
Пюре картофельное	150	14.78	3.15	8.25	21.75	174	520 / 2004
Свекла вареная,зеленый горошек	60	4.68	1	0.3	6.4	32.0	Таблица 1994 г
Компот из смеси сухофруктов	200	3.45	0.6	0	31.4	128	639/2004
Хлеб пшеничный	50	3	3.80	0.45	23.10	110.50	Распоряжение
ИТОГО ЗА ОБЕД	750	56.64	21.96	22.83	93.14	665	
Директор Пилягина М.Е.			Повар				

МЕНЮ

Утверждаю:

Директор школы

27 мая 2021г

Весёловская СОШ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА (г.)	цена	ВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			Энергетическая ценность, ккал	Сборник рецептов блюд при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Лашина 2004 г Сборник рецептов блюд для предприятий общественного питания Марчук 1994 г
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД 37,70							
Котлета	90	18.78	16.83	15.57	10.71	250.8	451/2004
Каша пшеничная	100	6.1	4.2	0.9	23.8	123.7	№ 510/ 2004
Зеленый горошек консервированный отварной	25	7.76	0.75	0.3	1.83	11.4	Таблица
Чай с сахаром	200	2.4	0.2	0	15.0	58.0	685/2004 г
Хлеб пшеничный	44	2.66	3.30	0.400	20.33	97.24	Распоряжение
ИТОГО ЗА ОБЕД	459	37.7	25.3	17.1	71.7	541.14	
ОБЕД 56,64							
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	8.42	2	2.4	14.64	90.4	138/2004
Котлета	90	18.78	16.83	15.57	10.71	250.8	451/2004
Каша пшеничная	150	6.31	6.3	1.4	35.7	185.5	№ 510/ 2004
Зеленый горошек консервированный отварной	60	18.63	1.80	0.3	4.38	27.4	Таблица
Чай с сахаром	200	2.4	0.2	0	15.0	58.0	685/2004 г
Хлеб пшеничный	35	2.1	2.66	0.315	16.17	77.35	Распоряжение
ИТОГО ЗА ОБЕД	735	56.64	29.8	20.0	96.6	689.45	
Директор Пилягина М.Е.			Повар				

