

МЕНЮ

Столовая МБОУВ ервеская СОШ

30 Ноября 2020 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевыс	ККал			

Завтрак б/п

8.16	10.4	40.58	286	Каша манная с маслом	200/10	14-99
50.8	46	2.8	628	Яйцо вареное	20	4-85
0.1	15	0.34	137	Масло порц.	10	4-66
0.2	0.05	15.12	59	Чай с сахаром	200	2-19
2.31	0.91	16	70	Хлеб пшеничный	30	5-36
62	72	75	1180			32-05

Обед б/п

9.9	12.06	25.2	249	Суп гороховый с мясом	15/250	16-74
12.43	26.88	5.27	318	Гуляш	65/50	36-18
12.03	8.35	51.81	367	Греча отварная	200	14-95
0.64	0	33.56	133	Компот из сухофруктов	200	4-79
2.28	0.24	15.04	71	Хлеб Ржаной	49	3-29
37	48	131	1138			75-95

ИТОГО 108=

Зав. производством

Калькулятор

Ответственный по питанию



Демидова Г.Б.

МЕНЮ

Столовая МБОУ Вереvская СОШ

01 Декабря 2020 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевыс]	ККал			

Завтрак б/п

6.43	10.14	45.51	297	Каша рисовая с маслом	200/10	16-66
7.8	28.35	0	182	Колбаса п/к порц.	15	7-89
1.41	1.25	22.33	102	Какао с молоком.	200	8-25
2.31	0.91	16	70	Хлеб пшеничный	30	5-36
18	41	84	651			38-16

Обед б/п

6.55	14.18	14.72	206	Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/10	18-44
15.79	30.57	35.57	477	Жаркое по-домашнему	60/150	41-24
1.95	20.11	16.64	235	Салат из свеклы	55	4-10
0.2	0.05	15.12	59	Чай с сахаром	200	2-19
2.28	0.24	15.04	71	Хлеб Ржаной	58	3-87
27	65	97	1048			69-84

ИТОГО 108= |

Зав. производством//^^\^^^4^^^

Калькулянтс

Демидова Г.Б.

Ответственный по питат

)ДОВН?

• ^4.170^:
• ГатчV;

МЕНЮ

Столовая МБОУ Вербская СОШ

02 Декабря 2020 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Исходимость питания
Белки	Жиры	Углевыс	ККал			

Завтрак б/п

12.57	15.73	27.6	300	Запеканка творож.с повидлом	1-00/10	18-80
0.96	• 0	10.32	44	Мандарин	85	14-34
0.2	0.05	15.12	59	Чай с сахаром	200	2-19
14	16	53	403			35-33

Обед б/п

6.46	11.25	21.74	211	Суп картоф. с вермиш. и мясом	15/250	17-29
17.85	31	57.1	584	Плов с мясом	60/150	39-92
0	9.99	0	90	Капуста квашеная	50	5-59
0.18	0.18	29.31	111	Компот из свежих яблок	200	7-10
2.28	0.24	15.04	71	Хлеб Ржаной	41	2-77
27	53	123	1067			72-67

ИТОГО) 108=

Зав. производством
Калькулятор
Ответственный по питанию



Демидова Г.Б.

МЕНЮ

Столовая МБОУ Вереvская СОШ

03 Декабря 2020 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Стоимость питания
Белки	Жиры	Угловс	ККал			

Завтрак б/п

2.87	10	10.9	143	Каша ячневая с маслом	200/10	14-84
50.8	46	2.8	628	Яйцо вареное	20	4-85
0.1	15	0.34	137	Масло порц.	10	4-66
1.41	1.25	22.33	102	Какао с молоком.	200	8-25
2.31	0.91	16	70	Хлеб пшеничный	30	5-36
57	73	52	1080			37-96

Обед б/п

7.44	2.79	19.17	126	Суп картоф.с крупой и рыбой	15/250	19-47
26.08	26.31	1.34	346	Курица отварная	100	28-98
4.17	6.55	29.39	184	Рагу овощное в	150/50	11-10
0.18	0.18	29.31	111	Компот из свежих яблок	200	7-10
2.28	0.24	15.04	71	Хлеб Ржаной	51	3-39
40	36	94	838			70-04

					итого	108=
--	--	--	--	--	-------	------

Зав. производством

Калькулятор,

Ответственный по питанию



Демидова Г.Б.

МЕНЮ

Столовая МБОУ Веревская СОШ

04 Декабря 2020 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевыс	ККал			

Завтрак б/п

8.81	8.31	52.41	317	Оладьи с маслом	100/15	15-13
3.88	3.88	4.95	61	Сыр порц.	15	8-28
0.2	0.05	15.12	59	Чай с сахаром	200	2-19
2.31	0.91	16	70	Хлеб пшеничный	30	5-36
15	13	88	507			30-96

Обед б/п

6.55	14.18	14.72	206	Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/10	17-65
11.57	7.88	6.82	140	Котлета рыбная	70	26-51
5.81	7.02	45.89	260	Картофельное пюре	150/10	15-13
0.4	0.05	1.15	6	Соленый огурец	35	7-35
0.18	0.18	29.31	111	Компот из свежих яблок	200	7-10
2.28	0.24	15.04	71	Хлеб Ржаной	50	3-30
27	30	113	794			77-04

ИТОГО						108=
--------------	--	--	--	--	--	-------------

Зав. производством

Калькулятор

Ответственный по питанию



Демидова Г.Б.