



Меню на 10.02.2023
 для учащихся 1-4 классов

| прием пищи | раздел | №реп. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | белки | жиры | углеводы | |
|------------|--------------|--------------|--|------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак | пром.произв | 14 | Масло сливочное | 10 | 9,39 | 66,20 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | |
| | пром.произв | 15 | Сыр Российский | 11 | 12,01 | 47,6 | 2,99 | 2,6 | 0,00 | |
| | пром.произв | 209 | Яйцо отварное | 40 | 11,04 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | |
| | гор. напиток | 377 | Чай с лимоном 200/15/7 | 222 | 3,41 | 57,80 | 0,44 | 0,00 | 14,00 | |
| | гор. блюдо | 173 | Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10 | 220 | 15,35 | 331,00 | 8,24 | 12,20 | 47,00 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,17 | 82,2 | 3,21 | 1,4 | 13,1 | |
| | сл.блюдо | 338 | Фрукты свежие(яблоко) | 130 | 9,23 | 61,1 | 0,52 | 0,52 | 11,44 | |
| | итого | | | 663 | 62,60 | 708,70 | 20,58 | 28,57 | 85,96 | |
| обед | 1 блюдо | 96 | Рассольник Ленинградский с пшеничной крупой | 250 | 10,84 | 134,00 | 2,00 | 5,10 | 20,00 | |
| | 2блюдо | 294 | Котлета рубленая из филе птицы с соусом томатным 70/30 | 100 | 30,66 | 176,00 | 11,70 | 9,20 | 11,70 | |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 14,72 | 242,00 | 8,57 | 5,90 | 38,70 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,17 | 82,2 | 3,21 | 1,4 | 13,1 | |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 28 | 2,23 | 46,40 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | |
| | сл.блюдо | 376 | Чай с сахаром | 215 | 1,98 | 56,5 | 0,38 | 0 | 13,7 | |
| | | итого | | | 773 | 62,60 | 737,10 | 26,98 | 21,82 | 107,08 |

- * Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
- * Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей
- *Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью
- ** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена яйцо куриное(1шт) может производиться в соответствии с таблицей

Ответственный по питанию С. Соломова Е.Ю.
 зав.кв. А.И. Аленишкова Ч.Н.