

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2

« _____ » 2021 год

Ежедневное меню бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в муниципальных общеобразовательных учреждениях города курорта Кисловодска в 2021 году.

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО «Кристалл»
В.С. Багрян

| Наименование блюда | Вес блюда, (г) | *Пищевые вещества,(г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--|----------------|-----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Неделя 1. День 3 | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Огурцы солёные (свежие)в нарезке | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,7 | 70,СБ 2005г ПШ |
| Биточки рыбные (минтай), запечённые с соусом томатным 100/40 | 140 | 13 | 12,6 | 15 | 226 | 255/348,201 2СБ ДОУ |
| Картофель отварной с маслом сливочным | 150 | 2,9 | 4,7 | 23,5 | 148 | 125,СБ 2005г ПШ |
| Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 | 377,СБ 2005г ПШ |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,14 | 0,3 | 13,04 | 63,7 | к/к |
| Итого за завтрак | 580 | 18,82 | 17,76 | 68,24 | 508,4 | |
| Обед | | | | | | |
| Капуста тушеная | 60 | 1,54 | 2,5 | 43,2 | 46,1 | 139,2005 СБ ПШ |
| Суп картофельный с клёцками | 200 | 3,1 | 2,24 | 16 | 96,8 | 108, СБ 2005г ПШ |
| Котлеты рубленные из птицы | 100 | 18,6 | 14,2 | 17 | 270 | 294,2005 СБ СОШ |
| Каша пшеничная рассыпчатая | 150 | 6,6 | 5,4 | 38,4 | 228,5 | 171,2005 СБ СОШ |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,24 | 0,11 | 27,5 | 112 | 388,2005 СБ СОШ |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,2 | к/к |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,24 | 10,02 | 52,1 | к/к |
| Всего за обед | 760 | 33,64 | 24,89 | 161,78 | 852,7 | |