

МЕНЮ НА 19 апреля 2024 ГОДА
" СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ № 27"



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	№ рецепт	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	цена
				Б	Ж	У	К		
1	2	8	3	4	5	6	7		
1 - 4 классы (БЕСПЛАТНО)									
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (огурец)	71	20	0,42	0,06	1,14	7,2		
	Омлет натуральный (с маслом сливочным)	210	210	15,18	20,53	3,27	256,58		
	Сосиски, сардельки отварные	243	65	7,42	15,5	0,23	170,3		
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, мёдом, повидлом	430	200	0,2	0,1	15	60		
	Хлеб пшеничный	ПР	40	3,16	0,4	19,32	93,52		
Итого за завтрак			535	26,38	36,59	38,96	587,6		
1 - 4 классы (БЕСПЛАТНО)									
обед	Салат картофельный с соленными огурцами и зеленым горошком	42	60	1,07	3,7	5,55	59,7		
	Суп молочный с макаронными изделиями	120	250	5,47	4,75	17,96	150		
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	294	120	17,36	9,5	16,4	220		
	Капуста тушеная . м/сл	321	160	3,1	4,86	14,14	112,65		
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	376	200	0,44	0,02	27,77	113		
	Хлеб пшеничный	ПР	20	1,58	0,2	9,66	46,76		
	Хлеб ржаной	ПР	48	3,03	0,53	23,73	120,23		
Итого за обед			858	32,05	23,56	115,21	822,34		
5 -11 классы (ПЛАТНО)									
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (огурец)	71	40	1,1	0,2	3,8	22		
	Омлет натуральный (с маслом сливочным)	210	205	20,23	26,16	3,65	331,11		
	Сосиски, сардельки отварные	243	65	7,42	15,5	0,23	170,3		
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, мёдом, повидлом	430	200	0,2	0,1	15	60		
	Хлеб пшеничный	ПР	40	3,16	0,4	19,32	93,52		
Итого за завтрак			550	32,11	42,36	42	676,93		
5 -11 классы (ПЛАТНО)									
	Салат картофельный с соленными огурцами и зеленым горошком	42	100	1,74	6,18	9,24	99,5		
	Суп молочный с макаронными изделиями	120	250	5,47	4,75	17,96	150		
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	294	120	17,36	9,5	16,4	220		
	Капуста тушеная , м/сл	321	185	3,72	5,83	16,97	135,18		
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	376	200	0,44	0,02	27,77	113		
	Хлеб пшеничный	ПР	30	2,37	0,3	14,49	70,14		
	Хлеб ржаной	ПР	30	1,89	0,33	14,83	75,14		
Итого за обед			915	32,99	26,91	117,66	862,96		
Г П Д									
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные (виноград)	389	200	0,6	0,4	32,6	136,4		17,16
	Булочка домашняя	424	100	7,28	12,52	43,92	318		11,1
Итого за полдник			300	7,88	12,92	76,52	454,40		28,26