

МЕНЮ НА 22 мая 2024 ГОДА
" СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ № 27"

Директор **Петрова Н. П.**

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
				Б	Ж			
1	2	8	3	4	5	6	7	8
Неделя 1								
1 - 4 классы (БЕСПЛАТНО)								
День 3								
ЗАВТРАК	Кукуруза отварная	133	30	1,77	0,7	3,34	21,20	
	Омлет натуральный (с маслом сливочным)	210	210	15,18	20,53	3,27	256,58	
	Плоды или ягоды свежие (киви)	338	170	0,72	0,54	18,54	84,6	
	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			650	21,03	22,27	59,47	515,9	
1 - 4 классы (БЕСПЛАТНО)								
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	52	100	1,41	6,01	8,26	92,8	
	Суп картофельный	97	200	1,87	2,26	13,5	91,2	
	Птица или кролик отварные (в суп)	288	30	3,51	1,07	0,05	39,3	
	Котлеты, биточки, пшеницели (биточек)	268	120	13,48	16,94	14,18	364	
	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 ржаной	ПР	48	3,03	0,53	23,73	120,23	
Итого за обед			858	26,84	31,69	101,63	933,18	
5 -11 классы (ПЛАТНО)								
ЗАВТРАК	Кукуруза отварная	133	10	0,89	0,35	1,67	10,60	
	Омлет натуральный (с маслом сливочным)	210	205	15,14	16,9	3,2	223,58	
	Плоды или ягоды свежие (киви)	338	170	0,72	0,54	18,54	84,6	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, мёдом, повидлом	430	200	0,2	0,1	15	60	
	Хлеб пшеничный	ПР	40	3,95	0,5	24,15	116,9	
Итого за завтрак			625	20,9	18,39	62,56	495,68	
5 -11 классы (ПЛАТНО)								
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	52	100	1,41	6,01	8,26	92,8	
	Суп картофельный	97	250	2,34	2,83	16,87	114	
	Птица или кролик отварные (в суп)	288	30	3,51	1,07	0,05	39,3	
	Котлеты, биточки, пшеницели (биточек)	268	120	13,48	16,94	14,18	364	
	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		113	
	Хлеб ржаной	ПР	60	3,79	0,66	29,66	150,29	
Итого за обед			945	28,69	33,36	85,90	1008,57	