

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
20 февраля 2023 год

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
3.6	Каша манная молочная жидкая	160	192,12
5.3	Кофейный напиток на молоке	200	68,96
2	Батон с маслом	50	139
Итого			
105	Фрукты	100	47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
80	Кисломолочный продукт	140	74,73
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
151	Суп крестьянский с курицей	180	74,7
	Рыбные биточки	70	117,15
	Картофельное пюре	130	179,58
26	Компот из сух-ов	160	79,36
299	Хлеб пшеничный	40	80,04
299	Хлеб ржаной	50	87,00
Итого			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			
351	Макароны запеченные с яйцами	80	80,76
299	Хлеб пшеничный	40	100,39
94	Печенье	25	82
Итого			

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
21 февраля 2023 год

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
4.2	Омлет	110	159,78
5.4	Чай с сахаром	200	
4	Батон с маслом	50	139
Итого			
105	Фрукты	100	47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
80	Кисломолочный продукт	140	74,73
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
3	Суп - уха из свежей рыбы	180	153,3
	Капуста тушенная с курицей	200	187,89
5.10	Компот из свежих яблок	180	97,9
299	Хлеб пшеничный	20	47,0
299	Хлеб ржаной	50	87,00
Итого			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			
3.5	Каша « Дружба»	160	219,57
299	Хлеб пшеничный	30	70,5
20	Какао с молоком	180	105,88
Итого			

Утверждаю:
ГБОУ СОШ с. Заплавное
Л.С.Гусева

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
22 февраля 2023 год

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
3.7	Каша ячневая молочная жидкая	170	197,33
5.3	Кофейный напиток на молоке	200	212,22
2	Батон с маслом	50	139
Итого			
105	Фрукты	100	47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
80	Кисломолочный продукт	140	74,73
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
1.4	Щи с курицей, со сметаной	180	205,78
2.1	Жаркое по – домашнему с курицей	200	277,66
26	Компот из сух-ов + С витаминизация	180	79,00
6.6	Хлеб пшеничный	40	94,0
6.7	Хлеб ржаной	50	87,00
Итого			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			
4.5	Запеканка из творога с маслом, сахаром	160	395,2
56	Чай с сахаром	180	50,4
299	Хлеб	47	100,39
Итого			