

Утверждаю

Директор школы
Кутушева Г.К.



МЕНЮ 29.01.2016

1-4 классы

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ	90		12,8	15,7	2,9	195,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	94,8	71,1	12,3	12,3	0	152,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,4	0	29,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9	0,1	0	0,6	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,5	2,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,3	0	1,7	8,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		4,3	5,0	18,8	133,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	36	36	4,3	1,1	18,7	99,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116	116	0	0	0	0,0
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,9	0	33,7
СОУС ТОМАТНЫЙ	30		0,3	1,7	2,0	23,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,1	0	9,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,7	3,6
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,5	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	4,9
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,5	2,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				21,8	86,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	21,8	86,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
			21,2	22,7	70,6	557,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21,2	22,7	70,6	557,5