

Согласовано

Утверждено



Меню для образовательных учреждений города и района
Учалинский район Республики Башкортостан
на 73,20 рублей (Май 2023 г) (1 - смена)

Категория: Дети участников СВО (5-1кл) 73,20 рубля

Категория: многодетные малобеспеченные (5-1кл) 73,20 рубля (РБ)

1-неделя

02.05.2023

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		365	Масло сливочное	10	8	66	0	7	0
		40	каша рисовая молочная вязкая	255	25	318	8	8	54
		287	Кофейный напиток на молоке	200	10	101	3,4	15,1	3,3
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			Кондит изд.(печенье)	50	15	195	3,3	5	36
			итого		62	810	18,7	35,15	120,8

03.05.2023

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
		500	Биточки рубл из грутки	80	45	208	13	14	8
Завтрак		146	Бобовые отварные	254	15	297	19	5	43
		196	Чай с лимоном и сахаром	200	7	54	0	0	14
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			итого		71	689	36	19,05	92,5

04.05.2023

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		80	Рыба, тушенная в томате с овощами	105	40	115	14	5	4

		100	Плов из мяса птицы	200	35	433	18,6	22,1	39,3
		276	компот из смеси сухофруктов	200	10	110	1	0,05	27,5
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			итого		59	683	23,6	22,2	95,3

3-неделя

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		366	Сыр порционнно	15	10	36	3	3	
		40	Каша пшенная молочная с м/с сл	258	25	307	9	11	42
		287	Кофейный напиток на молоке	200	10	101	3,4	15,1	3,3
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
		188	Булочка молочная	50	15	195	13	5	36
			итого		64	769	32,4	34,15	108,8
Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		9	Орурцы свежие порционнно	100	10	10	0	0	1
		97	Жаркое по-домашнему	250	50	452	26,6	27,6	24,2
		196	кисель плодово/ягодный	200	10	66	0	0	10
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			итого		74	658	30,6	27,65	62,7

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		40	каша рисовая молочная вязкая	255	25	318	8	14	54
		289	какао с молоком	200	10	111	4	4	16
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			Кондит изд.(печенье)	50	15	195	3,3	5	36
			итого		54	754	19,3	23,05	133,5

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		98	Котлета из говядины	100	45	278	17	16	17
		123	Каша гречневая рассыпчатая с ма	210	20	296	11,2	7	46

		98	Котлета из говядины	100	45	278	17	16	17
		138	Пюре картофельное с маслом слив.	260	25	312	6	15	50
		65	Напиток из плодов шиповника	200	10	119	0,7	0,03	29
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			итого		84	839	27,7	31,08	123,5

Прием пи	Раздел	№ рец	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
		134	Каша "Дружба" молочная с маслом	260	25	274	6,2	8,6	32,4
		287	Кофейный напиток на молоке	200	10	101	3,4	15,1	3,3
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
		368	Фрукт / банан	200	30	142	3	1	42
			итого		69	647	16,6	24,75	105,2

25.05.2023