

ООО «АРКАН»

МЕНЮ

Столовая № 1

Сов. С. Сариев на « 15 » апреля 2021 г. 4(2)

№	Наименование блюд	Выход	Цена
ЗАВТРАК:	Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	
	Яйцо отварное	54	
	Чай с молоком	200	
	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный	50	
	Фрукт	120	
ОБЕД:	Икра свекольная	80	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	
	Каша рисовая рассыпчатая	200/5	
	Фрикадельки мясные	60/40	
	Компот из смеси сухофруктов витаминизированный (витамин С)	200	
	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный	70	
	Итого		100,00

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	5	7,8	23,4	184	190
Яйцо отварное	54	6,88	6,2	0,4	83,05	154
Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61	13
Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный	50	3,33	0	23,33	118,33	75,02
Фрукт	120	1,59	0	11,19	54,39	101,06
Обед						
Икра свекольная	80	1,4	5,7	7,5	86	5,04
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	76	53,0
Каша рисовая рассыпчатая	200/5	4,9	4,7	50,2	268	179
Фрикадельки мясные	60/40	10	8,66	7,23	137,61	103
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный (витамин С)	200	0,9	0,05	20,6	89	296
Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный	70	4,66	0	32,66	165,66	75,02

Директор

Повар:



ООО «АРКАИМ»

МЕНЮ

Столовая школы СОШ д. Сарышево на « 14 » апреля 2021 г. 4(2)

№	Наименование блюд	Выход	Цена
ЗАВТРАК:	Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	
	Яйцо отварное	54	
	Чай с молоком	200	
	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный	50	
	Фрукт	120	
	Итого		55,00

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
		Б	Ж	У		
2	3	4	5	6	7	1
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	5	7,8	23,4	184	190
Яйцо отварное	54	6,88	6,21	0,4	85,05	154
Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61	43
Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный	50	3,33	0	23,33	118,33	75,02
Фрукт	120	1,59	0	11,19	54,39	101,06

Директор



Повар:

