

Утверждаю

Заведующий

СОШ №358 Бассейная 12

/Распономарева Н.И./

Средняя общеобразовательная школа № 358
Нижновского района Санкт-Петербурга

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,82	4,84	8,26	73,16	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,12	8,73	29,73	221,34	0,25
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,18	4,10	11,44	100,19	0,28
Итого			425	14,12	17,67	49,43	394,69	0,53
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,97	0,19	19,59	89,24	5,92
Итого			200	0,97	0,19	19,59	89,24	5,92
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	55	0,85	8,06	6,36	101,76	4,13
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,21	6,61	9,78	118,60	6,66
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	16,71	11,67	7,59	201,95	0,32
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	2,68	2,14	10,49	71,69	6,31
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			783	28,03	29,43	66,12	645,00	17,42
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	24,85	12,78	22,60	305,96	0,22
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	211	6,43	6,86	10,08	128,66	0,53
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	123	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			504	34,36	22,84	66,18	583,62	15,95
Всего				77,48	70,13	201,32	1 712,55	39,82