

«Утверждаю»
 Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»



А. А. Нейжмак



Меню

На « 24 » 2023г

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ЦЕНА
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1 - 4 классы							
Котлета Московская	90	11,57	27	11,99	337,83	220,37	44,3
Каша пшеничная вязкая	150	3,34	4,42	20,6	135,57	824	5,09
Огурцы свежие	55	0,44	0,06	1,38	7,7	834	8,51
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,04	15	60	300,18	2,39
	555	20,15	32,92	73,37	687,7		64,3
Завтрак 5 - 11 классы							
Котлета Московская	100	12,85	30	13,32	375,37	220,37	49,22
Каша пшеничная вязкая	150	3,34	4,42	20,6	135,57	824	5,09
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	834	9,23
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,4	78,45	600,06	1,93
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,04	15	60	300,18	2,39
	560	20,7	35,62	71,02	699,79		69,3
Обед							
Суп картофельный с крупой перловой	250	2,75	3,22	20,51	122,46	100,18	9,94
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	220,07	9,00
Сыр (порциями)	15	4,19	2,21		37,5	97,1	9,9
Рагу из овощей	150	2,4	7,82	15,96	144,96	856	14,95
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	20,08	178,73	300,22	8,12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кондитерское изделие (рулет КДВ Яшкино)	35	1,8	4,6	19,6	126	968,03	14,08
	750	20,98	24,06	100,83	819,05		70,00

Старший повар
 Медсестра

Сидорова