



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 39

прием пищи	раздел	№ рец.	блюдо	выход	цена	ккал	белки	жиры	углеводы
------------	--------	--------	-------	-------	------	------	-------	------	----------

ЧЕТВЕРГ 22 сентября 2022г.

БЕСПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК

1-4 кл

гор.блюдо	№321/13	Запеканка из творога, с клубничным соусом	200/20			389,9	25,6	11,5	46,2
гор.напиток	№582/13	Какао "Панда" витаминизированное с молоком	200			132	2,9	2,5	24,8
хлеб бел	ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	31			86,8	2,48	0,62	17,67
хлеб черн	ТТК	Хлеб полезный с микронутриентами	20			42	1,4	0,2	8,6
						650,70	32,38	14,82	97,27

ЗАВТРАК

гор.блюдо	№321/13	Запеканка из творога, с клубничным соусом	200/20	69,62	389,9	25,6	11,5	46,2		
гор.напиток	№376/17	Чай с сахаром	200	2,09	60	0,07	0,02	15		
хлеб бел	ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	16	2,15	44,8	1,28	0,32	9,12		
хлеб черн	ТТК	Хлеб полезный с микронутриентами	15	1,14	31,5	1,05	0,15	6,45		
						75,00	526,2	28,0	12,0	76,8

ОБЕД

1 блюдо	№157/13	Суп из овощей с цыпленком и сметаной	12.5/250/10	12	111,6	3,25	4,4	10,54		
доп.гарнир	№70/17	Овощи натуральные д/г	30	2,55	5	0,4	0,05	0,85		
2 блюдо	ТТК	Шницель "Школьный"	100	57,48	289	20,8	16,2	10,6		
гарнир	№473/13	Картофельное пюре	180	13,2	169	3,72	6,48	24,36		
напиток	№349/17	Компот из сухофруктов+С	200	4,89	113	0,7	0,09	32		
хлеб черн	ТТК	Хлеб полезный с микронутриентами	33	2,49	92,4	2,64	0,66	18,81		
хлеб бел	ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	18	2,39	27,2	0,88	0,19	5,96		
						95,00	807,2	32,39	28,07	103,12

ПОЛДНИК

муч.изделие	№406/17	Пирог печеный с картофелем	100	8,09	216,7	6,8	3,34	40		
гор.напиток	№342/17	Компот из груш+С	200	11,91	115	0,2	0,1	28,1		
						20,00	331,70	7,00	3,44	68,10

ДИРЕКТОР МУП КП

ТЕХНОЛОГ

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ. ПР-ОМ