

Утверждаю:
 Директор ООО "АЛЛЕГРА"
 Кузнецова.Н.В.



Меню № 10

обучающихся осваивающих образовательную программу начального общего образования, обучающихся из малоимущих семей, обучающихся в социально опасном положении, семей коренных малочисленных народов Севера Сахалинской области, обучающихся из многодетных семей и обучающихся из семей с инвалидами, обучающихся воспитывающихся двоих и более несовершеннолетних детей

День недели: « 6 » 10 20 2021 5-11 класс

№ п/п	№ рецеп	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Завтрак								
1	291м	Плов (из мяса птицы)	364,90	9,12	16,3	45,24	240	70,59
2	494п	Чай с лимоном	63,48	0,16	0,007	15,39	200	20,00
3	338м 389м	Фрукты свежие (или сок фруктовый 0,2 т/п)	64,50	1,35	0,3	12,15	150	35,00
4	108б	Хлеб пшеничный	102,5	3,8	0,4	24,6	50	14,00
			595,38	14,43	17,01	97,38	640	139,59
Обед								
1	70м 71м	Овощи	24	1,1	0,2	3,8	100	20,00
2	102м	Суп картофельный с бобовыми (гороховый), с мясом	150,49	7,003	7,08	14,61	250	37,87
3	241м	Мясо тушеное в белом соусе	229,19	8,67	20,22	3,03	100	55,08
4	203м	Макаронные изделия отварные	260,71	6,76	6,73	43,20	180	20,00
5	349м	Компот из смеси сухофруктов с курагой	92,7	0,46	0,027	22,55	180	18,00
6	108п	Хлеб пшеничный	102,5	3,8	0,4	24,6	50	14,00
7	109п	Хлеб ржаной	118,8	3,96	0,72	23,76	60	16,00
			978,39	31,75	35,37	135,55	920	180,95

Зав.производством Меню