



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы: Федосов /Федосова Н. В./

ПЛАН - МЕНЮ
12/3-2020

№	Блюдо и гарнир			Кол-во порций	Сумма, руб. коп.	Каллори йнос ть порции	Белки	Жиры	Углево ды	
	Наименование и краткая характеристика	Номер блюда по сборнику рецептур, по ТТК, СТИ	Выход одного блюда, г							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ЗАВТРАК 1-9 классы (социальная поддержка)										
1.	Каша овсяная	182	200	62	14,21	285	7,82	12,83	34,27	
2.	Чай	326	200	62	1,28	28	0,2	0	14,0	
3.	Ватруш	прощ	30	62	3,51	45	2,14	0,3	14,7	
			Итого:	430	62	20	388	10,42	13,13	62,97
ОБЕД 1-4 классы										
1.	Салат из свекл. морков.	45	60	35	3,41	52,44	0,85	3,05	5,41	
2.	Суп пюре с бобовыми	102	200	35	14,42	107,8	4,39	4,22	13,06	
3.	Плов из курицы	291	210	35	64,49	347	10,3	17	35,69	
4.	Кисель с вишн	332	200	35	5,81	160	0	0	39,4	
5.	Желе	прощ	30	35	1,95	54	2,14	0,3	19,2	
			Итого:	400	35	90,68	71,94	14,57	102,76	
ОБЕД 5 - 9 классы										
1.	Салат из свекл. морков.	45	100	42	6,18	87,4	1,47	5,08	9,02	
2.	Суп пюре с бобов	102	200	42	3,25	134,75	5,49	5,28	16,33	
3.	Плов из курицы	291	260	42	31,38	441,25	25,38	21,25	49,61	
4.	Кисель с вишн	332	200	42	5,81	160	0	0	39,4	
5.	Желе	прощ	30	42	1,95	54	2,14	0,3	19,2	
			Итого:	490	42	49,27	90,14	34,68	31,91	121,56

Завхоз Косы /Е.Н. Колесникова/