



СОУ «АССОВАНО»
 Директор МБОУ «СШ № 27» в г. Новая Адыгея
 Радкова М.А.

Меню

Возрастная категория 7-11 лет

1 неделя

Возрастная категория 12 лет и старше



Информация для потребителей
 «Адыгея»
 «Адыгея»

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Вторник							
Завтрак	Выпечки из пшеницы	95	14,21	16,06	9,7	240,06	209, Перев. 2008 г.
	Каша пшеничная	150	9,27	5,33	36,87	231,78	221, Перев. 2008 г.
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	72,6	294
	Чай с лимоном	200	0,12	-	12,04	48,64	294, Перев. 2008 г.
	Овощи по сезону	60	0,72	0,09	2,97	12,6	
	Итого:		535	26,72	21,78	76,18	605,68
Обед							
Обед	Выпечки из пшеницы и картошки-пюре	200	1,82	5,33	8,05	88,89	17, Перев. 2008 г.
	Бефстроганов из отварной говядины	120	21,72	25,11	3,85	325,69	176, Перев. 2008 г.
	Макаронные отварные	150	5,52	5,3	35,33	211,1	227, Перев. 2008 г.
	Компот из яблок с лимоном	200	0,25	0,25	25,35	104,07	284, Перев. 2008 г.
	Хлеб пшеничный/хлеб ржанопшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	
	Овощи по сезону	60	0,7	0,1	1,9	12	
Итого:		790	33,16	36,75	100,42	864,27	Цены: 100,57
Полдник							
Полдник	Выпечное изделие	100	16,16	8,15	64,16	94,54	
	Соки фруктовые или овощные	200	2	0,2	5,8	36	№293, Перев. 2008 г.
	Итого:	300	18,16	8,35	69,96	130,54	Цены: 34,03
Итого за день:		1625	78,04	66,88	246,56	1600,49	

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Вторник							
Завтрак	Выпечки из пшеницы	105	15,76	17,8	10,75	266,11	209, Перев. 2008 г.
	Каша пшеничная	150	9,27	5,33	36,87	231,78	221, Перев. 2008 г.
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	72,6	294
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	194, Перев. 2008 г.
	Овощи по сезону	100	0,7	0,1	1,9	11,3	246, Перев. 2008 г.
	Итого:		585	28,2	23,54	79,43	643,41
Обед							
Обед	Выпечки из пшеницы и картошки-пюре	250	1,9	6,66	10,81	110,78	17, Перев. 2008 г.
	Бефстроганов из отварной говядины	120	21,72	25,11	3,85	325,69	176, Перев. 2008 г.
	Макаронные отварные	150	6,6	6,35	42,39	253,31	227, Перев. 2008 г.
	Компот из яблок с лимоном	200	0,25	0,25	25,35	104,07	284, Перев. 2008 г.
	Хлеб пшеничный/хлеб ржанопшеничный	30/30	3,45	0,66	25,44	122,52	
	Овощи по сезону	100	0,7	0,1	1,9	11,3	246, Перев. 2008 г.
Итого:		880	34,62	39,13	109,74	927,67	Цены: 112,41
Полдник							
Полдник	Выпечное изделие	100	16,16	8,15	64,16	94,54	
	Соки фруктовые или овощные	200	2	0,2	5,8	36	№293, Перев. 2008 г.
	Итого:	300	18,16	8,35	69,96	130,54	Цены: 34,03
Итого за день:		1765	80,98	71,02	259,13	1701,62	