

МЕНЮ

на 4 октября 2022 г.

№ рецептуры	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции	№ рецептур	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции
	/Б	/Ж	/У	/Ккал				/Б	/Ж	/У	/Ккал		

Ступени начального образования 7-11 лет**Комплекс/Завтрак/ 1-смена на 83-23**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	60
358/2021	16,3	9,5	6	176,6	Печень тертая	90
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд.отварн.	150
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
	25,67	14,93	65,75	502,5		

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

26/2021	0,84	3,66	4,56	54,6	С-т из свеклы отварной	60
144/2013	1,84	3,4	12,1	86,4	Суп карт.с бобовыми (1в)	200
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	14,76	9,84	29,76	267,6	Плов из отварной птицы	240
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	23,51	17,64	98,59	648,82		

Ступени среднего образования с 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/ на 93-33**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	60
358/2021	18,12	10,6	6,75	196,25	Печень тертая	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварн.	180
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
	28,6	17,02	72,41	559,05		

Комплекс/Обед/ на 93-33

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	100
144/2013	2,3	4,25	15	108	Суп карт.с бобовыми (1в)	250
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	17,22	11,5	34,7	312,2	Плов из отварной птицы	280
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	26,99	22,59	109,5	751,42		

Ступени среднего образования с 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/ на 100-00**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	60
358/2021	18,12	10,6	6,75	196,25	Печень тертая	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварн.	180
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
	28,6	17,02	72,41	559,05		

Комплекс/Обед/ на 115-00

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	100
144/2013	2,3	4,25	15	108	Суп карт.с бобовыми (1в)	250
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	17,22	11,5	34,7	312,2	Плов из отварной птицы	280
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	26,99	22,59	109,5	751,42		

ОВЗ-1 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.**Комплекс /Завтрак/**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	60
358/2021	16,3	9,5	6	176,6	Печень тертая	90
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд.отварн	150
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021*	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
	25,67	14,93	65,75	502,5		

Комплекс /Обед/

26/2021	0,84	3,66	4,56	54,6	С-т из свеклы отварной	60
144/2013	1,84	3,4	12,1	86,4	Суп карт.с бобовыми (1в)	200
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	14,76	9,84	29,76	267,6	Плов из отварной птицы	240
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	23,51	17,64	98,59	648,82		

ОВЗ-2 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.**Комплекс /Обед/**

26/2021	0,84	3,66	4,56	54,6	С-т из свеклы отварной	60
144/2013	1,84	3,4	12,1	86,4	Суп карт.с бобовыми (1в)	200
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	14,76	9,84	29,76	267,6	Плов из отварной птицы	240
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	23,51	17,64	98,59	648,82		

Комплекс /Полдник/

542/2021	7	11,2	46,3	315	Булочка домашняя	100
470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
	12,8	16,2	54,3	416		

ОВЗ-1 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет**Комплекс /Завтрак/**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	60
358/2021	18,12	10,6	6,75	196,25	Печень тертая	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварн	180
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
	28,6	17,02	72,41	559,05		

Комплекс /Обед/

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	100
144/2013	2,3	4,25	15	108	Суп карт.с бобовыми (1в)	250
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	17,22	11,5	34,7	312,2	Плов из отварной птицы	280
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	26,99	22,59	109,47	751,42		

ОВЗ-2 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет**Комплекс /Обед/**

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	100
144/2013	2,3	4,25	15	108	Суп карт.с бобовыми (1в)	250
170/2013	1,13	0,11	6,97	33,42	Гренки из пшенич.хлеба	10
375/2021	17,22	11,5	34,7	312,2	Плов из отварной птицы	280
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	26,99	22,59	109,47	751,42		

Комплекс /Полдник/

542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150
470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
	16,3	21,75	77,5	573,5		

Приятного аппетита и хорошего настроения !!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер