

## МЕНЮ

на 13 января 2024 г.

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

на 96-26

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

|          |       |       |       |       |                          |       |
|----------|-------|-------|-------|-------|--------------------------|-------|
| 54/2021  | 0,84  | 2,28  | 3,9   | 39,6  | Икра морковная           | 60    |
| 327/2021 | 20    | 19,5  | 3,3   | 258   | Гуляш из отварн.говядины | 100   |
| 152/2021 | 4,35  | 8,1   | 16,2  | 154,5 | Картофель отв.с маслом   | 157,5 |
| 459/2021 | 0,3   | 0,1   | 9,5   | 40    | Чай с лимоном            | 200   |
| 573/2021 | 2,28  | 0,24  | 14,76 | 70,2  | Хлеб пшеничный           | 30    |
| 574/2021 | 2,4   | 0,45  | 12,03 | 61,8  | Хлеб ржаной              | 30    |
|          | 30,17 | 30,67 | 59,69 | 624,1 |                          |       |

**Комплекс/Обед/ 2-смена**

|          |       |       |       |       |                            |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 0,72  | 3,6   | 6,72  | 62,4  | Салат из моркови           | 60  |
| 108/2021 | 1,22  | 3,54  | 2,96  | 48,6  | Щи по-уральски (с крупой)  | 200 |
| 433/2021 | 0,12  | 0,75  | 0,16  | 7,9   | Сметана                    | 5   |
| 295/2021 | 16,2  | 0,42  | 0,48  | 49,2  | Рыба отварная              | 90  |
| 377/2021 | 4,05  | 6     | 8,7   | 105   | Пюре картофельное          | 150 |
| 494/2021 | 0,3   | 0,01  | 17,5  | 72    | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28  | 0,24  | 14,76 | 70,2  | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4   | 0,45  | 12,03 | 61,8  | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,96 | 15,01 | 63,31 | 477,1 |                            |     |

на 107-93

Ступени среднего образования с 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/ 1-смена**

|          |       |       |       |       |                           |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-----|
| 54/2021  | 0,84  | 2,28  | 3,9   | 39,6  | Икра морковная            | 60  |
| 261/2021 | 12,9  | 15,55 | 51,5  | 397,5 | Макароны, запечен с сыром | 250 |
| 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  |
|          | 17,08 | 18,25 | 84,58 | 570,7 |                           |     |

**Комплекс/Обед/ 2-смена**

|          |        |       |       |        |                            |     |
|----------|--------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 1,2    | 6     | 11,2  | 104    | Салат из моркови           | 100 |
| 108/2021 | 1,525  | 4,425 | 3,7   | 60,75  | Щи по-уральски (с крупой)  | 250 |
| 433/2021 | 0,19   | 1,2   | 0,26  | 12,6   | Сметана                    | 8   |
| 295/2021 | 18     | 0,7   | 0,8   | 82     | Рыба отварная              | 100 |
| 377/2021 | 4,86   | 7,2   | 10,44 | 126    | Пюре картофельное          | 180 |
| 494/2021 | 0,3    | 0,01  | 17,5  | 72     | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28   | 0,24  | 14,76 | 70,2   | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4    | 0,45  | 12,03 | 61,8   | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,755 | 20,23 | 70,69 | 589,35 |                            |     |

(за счёт родительской платы)

Ступени среднего образования с 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/ на 105-00**

|          |       |       |       |       |                           |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-----|
| 54/2021  | 0,84  | 2,28  | 3,9   | 39,6  | Икра морковная            | 60  |
| 261/2021 | 12,9  | 15,55 | 51,5  | 397,5 | Макароны, запечен с сыром | 250 |
| 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  |
|          | 17,08 | 18,25 | 84,58 | 570,7 |                           |     |

**Комплекс/Обед/ на 120-00**

|          |        |       |       |        |                            |     |
|----------|--------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 1,2    | 6     | 11,2  | 104    | Салат из моркови           | 100 |
| 108/2021 | 1,525  | 4,425 | 3,7   | 60,75  | Щи по-уральски (с крупой)  | 250 |
| 433/2021 | 0,19   | 1,2   | 0,26  | 12,6   | Сметана                    | 8   |
| 295/2021 | 18     | 0,7   | 0,8   | 82     | Рыба отварная              | 100 |
| 377/2021 | 4,86   | 7,2   | 10,44 | 126    | Пюре картофельное          | 180 |
| 494/2021 | 0,3    | 0,01  | 17,5  | 72     | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28   | 0,24  | 14,76 | 70,2   | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4    | 0,45  | 12,03 | 61,8   | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,755 | 20,23 | 70,69 | 589,35 |                            |     |

на 137-85

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

|          |       |       |       |       |                          |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|--------------------------|-----|
| 54/2021  | 0,84  | 2,28  | 3,9   | 39,6  | Икра морковная           | 60  |
| 327/2021 | 20    | 19,5  | 3,3   | 258   | Гуляш из отварн.говядины | 100 |
| 152/2021 | 4,35  | 8,1   | 16,2  | 154,5 | Картофель отв.с маслом   | 158 |
| 459/2021 | 0,3   | 0,1   | 9,5   | 40    | Чай с лимоном            | 200 |
| 573/2021 | 2,28  | 0,24  | 14,76 | 70,2  | Хлеб пшеничный           | 30  |
| 574/2021 | 2,4   | 0,45  | 12,03 | 61,8  | Хлеб ржаной              | 30  |
|          | 30,17 | 30,67 | 59,69 | 624,1 |                          |     |

**Комплекс/Обед/**

|          |       |       |       |       |                            |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 0,72  | 3,6   | 6,72  | 62,4  | Салат из моркови           | 60  |
| 108/2021 | 1,22  | 3,54  | 2,96  | 48,6  | Щи по-уральски (с крупой)  | 200 |
| 433/2021 | 0,12  | 0,75  | 0,16  | 7,9   | Сметана                    | 5   |
| 295/2021 | 16,2  | 0,42  | 0,48  | 49,2  | Рыба отварная              | 90  |
| 377/2021 | 4,05  | 6     | 8,7   | 105   | Пюре картофельное          | 150 |
| 494/2021 | 0,3   | 0,01  | 17,5  | 72    | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28  | 0,24  | 14,76 | 70,2  | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4   | 0,45  | 12,03 | 61,8  | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,96 | 15,01 | 63,31 | 477,1 |                            |     |

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

|          |       |       |       |       |                            |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 0,72  | 3,6   | 6,72  | 62,4  | Салат из моркови           | 60  |
| 108/2021 | 1,22  | 3,54  | 2,96  | 48,6  | Щи по-уральски (с крупой)  | 200 |
| 433/2021 | 0,12  | 0,75  | 0,16  | 7,9   | Сметана                    | 5   |
| 295/2021 | 16,2  | 0,42  | 0,48  | 49,2  | Рыба отварная              | 90  |
| 377/2021 | 4,05  | 6     | 8,7   | 105   | Пюре картофельное          | 150 |
| 494/2021 | 0,3   | 0,01  | 17,5  | 72    | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28  | 0,24  | 14,76 | 70,2  | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4   | 0,45  | 12,03 | 61,8  | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,96 | 15,01 | 63,31 | 477,1 |                            |     |

**Комплекс/Полдник/**

|          |     |      |    |       |                       |     |
|----------|-----|------|----|-------|-----------------------|-----|
| 543/2021 | 7,2 | 13,3 | 48 | 341,7 | Булочка дорожная      | 100 |
| 470/2021 | 5,8 | 5    | 8  | 101   | Кисломолочный напиток | 200 |
|          | 13  | 18,3 | 56 | 442,7 |                       |     |

на 165-51

ОВЗ-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/**

|          |       |       |       |       |                           |     |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-----|
| 54/2021  | 0,84  | 2,28  | 3,9   | 39,6  | Икра морковная            | 60  |
| 261/2021 | 12,9  | 15,55 | 51,5  | 397,5 | Макароны, запечен с сыром | 250 |
| 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  |
|          | 17,08 | 18,25 | 84,58 | 570,7 |                           |     |

**Комплекс/Обед/**

|          |        |       |       |        |                            |     |
|----------|--------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 1,2    | 6     | 11,2  | 104    | Салат из моркови           | 100 |
| 108/2021 | 1,525  | 4,425 | 3,7   | 60,75  | Щи по-уральски (с крупой)  | 250 |
| 433/2021 | 0,19   | 1,2   | 0,26  | 12,6   | Сметана                    | 8   |
| 295/2021 | 18     | 0,7   | 0,8   | 82     | Рыба отварная              | 100 |
| 377/2021 | 4,86   | 7,2   | 10,44 | 126    | Пюре картофельное          | 180 |
| 494/2021 | 0,3    | 0,01  | 17,5  | 72     | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28   | 0,24  | 14,76 | 70,2   | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4    | 0,45  | 12,03 | 61,8   | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,755 | 20,23 | 70,69 | 589,35 |                            |     |

ОВЗ-2 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше**Комплекс/Обед/**

|          |        |       |       |        |                            |     |
|----------|--------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 21/2021  | 1,2    | 6     | 11,2  | 104    | Салат из моркови           | 100 |
| 108/2021 | 1,525  | 4,425 | 3,7   | 60,75  | Щи по-уральски (с крупой)  | 250 |
| 433/2021 | 0,19   | 1,2   | 0,26  | 12,6   | Сметана                    | 8   |
| 295/2021 | 18     | 0,7   | 0,8   | 82     | Рыба отварная              | 100 |
| 377/2021 | 4,86   | 7,2   | 10,44 | 126    | Пюре картофельное          | 180 |
| 494/2021 | 0,3    | 0,01  | 17,5  | 72     | Компот из плод.ягод сушен. | 200 |
| 573/2021 | 2,28   | 0,24  | 14,76 | 70,2   | Хлеб пшеничный             | 30  |
| 574/2021 | 2,4    | 0,45  | 12,03 | 61,8   | Хлеб ржаной                | 30  |
|          | 30,755 | 20,23 | 70,69 | 589,35 |                            |     |

**Комплекс/Полдник/**

|          |      |    |    |       |                       |     |
|----------|------|----|----|-------|-----------------------|-----|
| 543/2021 | 10,8 | 20 | 72 | 512,5 | Булочка дорожная      | 150 |
| 470/2021 | 5,8  | 5  | 8  | 101   | Кисломолочный напиток | 200 |
|          | 16,6 | 25 | 80 | 613,5 |                       |     |

Приятного аппетита и хорошего настроения !!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер