

МЕНЮ

на 15 октября 2022 г.

| № рецептуры | /Пищевые вещества/ | | | | Наименование блюда | Выход порции | № рецептуры | /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**

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|------------------------|-----|
| 69/2021 | 1,6 | 11 | 10 | 146 | Бутерброд с маслом(1в) | 35 |
| 320/2013 | 23,6 | 21,8 | 30,1 | 411 | Сырники из творога | 150 |
| 471/2021 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,1 | Молоко сгущенное | 30 |
| 464/2021 | 1,4 | 1,2 | 11,4 | 63 | Кофейный напиток | 200 |
| 112/2013 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Плоды свежие | 100 |
| 573/2021 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | Хлеб пшеничный | 20 |
| | 30,68 | 37,11 | 87,79 | 811,9 | | |

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 0,96 | 3,72 | 3,96 | 52,8 | Винегрет овощной | 60 |
| 108/2021 | 1,22 | 3,54 | 2,96 | 48,6 | Щи по-уральски (с крупой) | 200 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат.с овоц | 100 |
| 377/2021 | 4,05 | 6 | 8,7 | 105 | Пюре картофельное | 150 |
| 494/2021 | 0,3 | 0,01 | 17,5 | 72 | Компот из плод, ягод суш. | 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 |
| | 20,67 | 19,03 | 65,32 | 515,3 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|------|-------|-------|------------------------------|-----|
| 150/2021 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,8 | Икра кабачковая (пром.пр-ва) | 60 |
| 367/2021 | 11,4 | 13,3 | 2,7 | 175,7 | Птица в соусе с томатом | 120 |
| 385/2021 | 4,5 | 6,5 | 46,6 | 263 | Рис отварной | 180 |
| 464/2021 | 1,4 | 1,2 | 11,4 | 63 | Кофейный напиток | 200 |
| 112/2013 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Плоды свежие | 100 |
| 573/2021 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | Хлеб пшеничный | 20 |
| | 20,36 | 26,9 | 84,96 | 666,3 | | |

Комплекс/Обед/ на 93-33

| | | | | | | |
|----------|--------|--------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 1,6 | 6,2 | 6,6 | 88 | Винегрет овощной | 100 |
| 108/2021 | 1,525 | 4,425 | 3,7 | 60,75 | Щи по-уральски (с крупой) | 250 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат с овоц | 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 суш. | 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 |
| | 22,425 | 23,595 | 70,44 | 583,65 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|------|-------|-------|------------------------------|-----|
| 150/2021 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,8 | Икра кабачковая (пром.пр-ва) | 60 |
| 367/2021 | 11,4 | 13,3 | 2,7 | 175,7 | Птица в соусе с томатом | 120 |
| 385/2021 | 4,5 | 6,5 | 46,6 | 263 | Рис отварной | 180 |
| 464/2021 | 1,4 | 1,2 | 11,4 | 63 | Кофейный напиток | 200 |
| 112/2013 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Плоды свежие | 100 |
| 573/2021 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | Хлеб пшеничный | 20 |
| | 20,36 | 26,9 | 84,96 | 666,3 | | |

Комплекс/Обед/ на 115-00

| | | | | | | |
|----------|--------|--------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 1,6 | 6,2 | 6,6 | 88 | Винегрет овощной | 100 |
| 108/2021 | 1,525 | 4,425 | 3,7 | 60,75 | Щи по-уральски (с крупой) | 250 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат с овоц | 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 суш. | 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 |
| | 22,425 | 23,595 | 70,44 | 583,65 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|------------------------|-----|
| 69/2021 | 1,6 | 11 | 10 | 146 | Бутерброд с маслом(1в) | 35 |
| 320/2013 | 23,6 | 21,8 | 30,1 | 411 | Сырники из творога | 150 |
| 471/2021 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,1 | Молоко сгущенное | 30 |
| 464/2021 | 1,4 | 1,2 | 11,4 | 63 | Кофейный напиток | 200 |
| 112/2013 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Плоды свежие | 100 |
| 573/2021 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | Хлеб пшеничный | 20 |
| | 30,68 | 37,11 | 87,79 | 811,9 | | |

Комплекс /Обед/

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 0,96 | 3,72 | 3,96 | 52,8 | Винегрет овощной | 60 |
| 108/2021 | 1,22 | 3,54 | 2,96 | 48,6 | Щи по-уральски (с крупой) | 200 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат.с овоц | 100 |
| 377/2021 | 4,05 | 6 | 8,7 | 105 | Пюре картофельное | 150 |
| 494/2021 | 0,3 | 0,01 | 17,5 | 72 | Компот из плод, ягод суш. | 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 |
| | 20,67 | 19,03 | 65,32 | 515,3 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 0,96 | 3,72 | 3,96 | 52,8 | Винегрет овощной | 60 |
| 108/2021 | 1,22 | 3,54 | 2,96 | 48,6 | Щи по-уральски (с крупой) | 200 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат.с овоц | 100 |
| 377/2021 | 4,05 | 6 | 8,7 | 105 | Пюре картофельное | 150 |
| 494/2021 | 0,3 | 0,01 | 17,5 | 72 | Компот из плод, ягод суш. | 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 |
| | 20,67 | 19,03 | 65,32 | 515,3 | | |

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 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|------|-------|-------|------------------------------|-----|
| 150/2021 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,8 | Икра кабачковая (пром.пр-ва) | 60 |
| 367/2021 | 11,4 | 13,3 | 2,7 | 175,7 | Птица в соусе с томатом | 120 |
| 385/2021 | 4,5 | 6,5 | 46,6 | 263 | Рис отварной | 180 |
| 464/2021 | 1,4 | 1,2 | 11,4 | 63 | Кофейный напиток | 200 |
| 112/2013 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Плоды свежие | 100 |
| 573/2021 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | Хлеб пшеничный | 20 |
| | 20,36 | 26,9 | 84,96 | 666,3 | | |

Комплекс /Обед/

| | | | | | | |
|----------|--------|--------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 1,6 | 6,2 | 6,6 | 88 | Винегрет овощной | 100 |
| 108/2021 | 1,525 | 4,425 | 3,7 | 60,75 | Щи по-уральски (с крупой) | 250 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат.с овоц | 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 суш. | 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 |
| | 22,425 | 23,595 | 70,44 | 583,65 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|--------|--------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 47/2021 | 1,6 | 6,2 | 6,6 | 88 | Винегрет овощной | 100 |
| 108/2021 | 1,525 | 4,425 | 3,7 | 60,75 | Щи по-уральски (с крупой) | 250 |
| 343/2013 | 9,5 | 5,14 | 4,5 | 102,1 | Рыба, тушенная в томат.с овоц | 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 суш. | 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 |
| | 22,425 | 23,595 | 70,44 | 583,65 | | |

Комплекс /Полдник/

| | | | | | | |
|----------|------|----|----|-------|-----------------------|-----|
| 543/2021 | 10,8 | 20 | 72 | 512,5 | Булочка ванильная | 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