

МЕНЮ

на 18 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**

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|--------|---------------------|-----|
| 79/2021 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | Масло сливочное | 10 |
| 227/2021 | 5,3 | 4,9 | 24,23 | 161 | Каша ячневая вязкая | 150 |
| 457/2021 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | Чай с сахаром | 200 |
| 573/2021 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | Хлеб пшеничный | 50 |
| 517/2021 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | Йогурт | 100 |
| | 14,38 | 15,85 | 66,76 | 469,95 | | |

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,54 | 3,06 | 2,16 | 38 | С-т из св.помид.и огурц. | 60 |
| 104/2021 | 1,2 | 1,6 | 3,04 | 49,4 | Щи из св.капусты и картоф | 200 |
| 433/2021 | 0,12 | 0,75 | 0,16 | 7,9 | Сметана | 5 |
| 370/2021 | 18,14 | 17,86 | 47,2 | 422,4 | Плов | 240 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 25,35 | 24,23 | 97,65 | 727,7 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------|-----|
| 79/2021 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | Масло сливочное | 10 |
| 227/2021 | 7,06 | 6,48 | 32,31 | 215,8 | Каша ячневая вязкая | 200 |
| 457/2021 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | Чай с сахаром | 200 |
| 573/2021 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | Хлеб пшеничный | 50 |
| 517/2021 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | Йогурт | 100 |
| | 16,14 | 17,43 | 74,84 | 523,9 | | |

Комплекс/Обед/ на 93-33

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|--------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,9 | 5,1 | 3,6 | 64 | С-т из св.помид.и огурц. | 100 |
| 104/2021 | 1,5 | 4,5 | 3,8 | 61,75 | Щи из св.капусты и картоф | 250 |
| 433/2021 | 0,19 | 1,2 | 0,26 | 12,6 | Сметана | 8 |
| 370/2021 | 21,17 | 20,8 | 55,1 | 492,8 | Плов | 280 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 29,11 | 32,56 | 107,9 | 841,15 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------|-----|
| 79/2021 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | Масло сливочное | 10 |
| 227/2021 | 7,06 | 6,48 | 32,31 | 215,8 | Каша ячневая вязкая | 200 |
| 457/2021 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | Чай с сахаром | 200 |
| 573/2021 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | Хлеб пшеничный | 50 |
| 517/2021 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | Йогурт | 100 |
| | 16,14 | 17,43 | 74,84 | 523,9 | | |

Комплекс/Обед/ на 115-00

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|--------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,9 | 5,1 | 3,6 | 64 | С-т из св.помид.и огурц. | 100 |
| 104/2021 | 1,5 | 4,5 | 3,8 | 61,75 | Щи из св.капусты и картоф | 250 |
| 433/2021 | 0,19 | 1,2 | 0,26 | 12,6 | Сметана | 8 |
| 370/2021 | 21,17 | 20,8 | 55,1 | 492,8 | Плов | 280 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 29,11 | 32,56 | 107,9 | 841,15 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|--------|---------------------|-----|
| 79/2021 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | Масло сливочное | 10 |
| 227/2021 | 5,3 | 4,9 | 24,23 | 161 | Каша ячневая вязкая | 150 |
| 457/2021 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | Чай с сахаром | 200 |
| 573/2021 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | Хлеб пшеничный | 50 |
| 517/2021 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | Йогурт | 100 |
| | 14,38 | 15,85 | 66,76 | 469,95 | | |

Комплекс /Обед/

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,54 | 3,06 | 2,16 | 38 | С-т из св.помид.и огурц. | 60 |
| 104/2021 | 1,2 | 1,6 | 3,04 | 49,4 | Щи из св.капусты и картоф | 200 |
| 433/2021 | 0,12 | 0,75 | 0,16 | 7,9 | Сметана | 5 |
| 370/2021 | 18,14 | 17,86 | 47,2 | 422,4 | Плов | 240 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 25,35 | 24,23 | 97,65 | 727,7 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,54 | 3,06 | 2,16 | 38 | С-т из св.помид.и огурц. | 60 |
| 104/2021 | 1,2 | 1,6 | 3,04 | 49,4 | Щи из св.капусты и картоф | 200 |
| 433/2021 | 0,12 | 0,75 | 0,16 | 7,9 | Сметана | 5 |
| 370/2021 | 18,14 | 17,86 | 47,2 | 422,4 | Плов | 240 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 25,35 | 24,23 | 97,65 | 727,7 | | |

Комплекс /Полдник/

| | | | | | | |
|----------|---|------|------|-----|--------------------------|-----|
| 542/2021 | 7 | 11,2 | 46,3 | 315 | Булочка домашняя | 100 |
| 501/2021 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | Соки овощн.,фруктов.,яго | 200 |
| | 8 | 11,4 | 66,5 | 401 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|---------------------|-----|
| 79/2021 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | Масло сливочное | 10 |
| 227/2021 | 7,06 | 6,48 | 32,31 | 215,8 | Каша ячневая вязкая | 200 |
| 457/2021 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | Чай с сахаром | 200 |
| 573/2021 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | Хлеб пшеничный | 50 |
| 517/2021 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | Йогурт | 100 |
| | 16,14 | 17,43 | 74,84 | 523,9 | | |

Комплекс /Обед/

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|--------|--------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,9 | 5,1 | 3,6 | 64 | С-т из св.помид.и огурц. | 100 |
| 104/2021 | 1,5 | 4,5 | 3,8 | 61,75 | Щи из св.капусты и картоф | 250 |
| 433/2021 | 0,19 | 1,2 | 0,26 | 12,6 | Сметана | 8 |
| 370/2021 | 21,17 | 20,8 | 55,1 | 492,8 | Плов | 280 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 29,11 | 32,56 | 107,85 | 841,15 | | |

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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|--------|--------|---------------------------|-----|
| 19/2021 | 0,9 | 5,1 | 3,6 | 64 | С-т из св.помид.и огурц. | 100 |
| 104/2021 | 1,5 | 4,5 | 3,8 | 61,75 | Щи из св.капусты и картоф | 250 |
| 433/2021 | 0,19 | 1,2 | 0,26 | 12,6 | Сметана | 8 |
| 370/2021 | 21,17 | 20,8 | 55,1 | 492,8 | Плов | 280 |
| 496/2021 | 0,67 | 0,27 | 18,3 | 78 | Напиток из шиповника | 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 |
| | 29,11 | 32,56 | 107,85 | 841,15 | | |

Комплекс /Полдник/

| | | | | | | |
|----------|------|-------|------|-------|--------------------------|-----|
| 542/2021 | 10,5 | 16,75 | 69,5 | 472,5 | Булочка домашняя | 150 |
| 501/2021 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | Соки овощн.,фруктов.,яго | 200 |
| | 11,5 | 16,95 | 87,7 | 558,5 | | |

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер