

МЕНЮ

на 19 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**

2/2021	0,72	3,06	3,3	43,8	Салат витаминный	60
328/2021	22,56	17,16	31	368,4	Жаркое по-домашнему	240
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
	28,26	21,01	70,59	584,2		

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	5,98	8,9	2,4	114	Солянка из птицы	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
347/2013	13,23	1,89	6,84	97,2	Фрикадельки рыбные	90
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд. отварные	150
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	15,485	16,82	66,22	480,6		

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

2/2021	1,2	5,1	5,5	73	Салат витаминный	100
328/2021	22,56	17,16	31	368,4	Жаркое по-домашнему	240
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
	28,74	23,05	72,79	613,4		

Комплекс/Обед/ на 93-33

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	7,48	11,2	3	142,5	Солянка из птицы	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2013	14,7	2,1	7,6	108	Фрикадельки рыбные	100
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд. отварные	180
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	35,145	22,9	95,19	728,9		

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

2/2021	1,2	5,1	5,5	73	Салат витаминный	100
328/2021	22,56	17,16	31	368,4	Жаркое по-домашнему	240
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
	28,74	23,05	72,79	613,4		

Комплекс/Обед/ на 115-00

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	7,48	11,2	3	142,5	Солянка из птицы	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2013	14,7	2,1	7,6	108	Фрикадельки рыбные	100
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд. отварные	180
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	35,145	22,9	95,19	728,9		

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

2/2021	0,72	3,06	3,3	43,8	Салат витаминный	60
328/2021	22,56	17,16	31	368,4	Жаркое по-домашнему	240
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
	28,26	21,01	70,59	584,2		

Комплекс/Обед/

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	5,98	8,9	2,4	114	Солянка из птицы	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
347/2013	13,23	1,89	6,84	97,2	Фрикадельки рыбные	90
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд. отварные	150
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	15,485	16,82	66,22	480,6		

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

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	5,98	8,9	2,4	114	Солянка из птицы	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
347/2013	13,23	1,89	6,84	97,2	Фрикадельки рыбные	90
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд. отварные	150
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	15,485	16,82	66,22	480,6		

Комплекс/Полдник/

545/2021	8	2,8	47,8	248	Сдоба обыкновенная	100
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	200
	9	3	68	334		

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

2/2021	1,2	5,1	5,5	73	Салат витаминный	100
328/2021	22,56	17,16	31	368,4	Жаркое по-домашнему	240
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
	28,74	23,05	72,79	613,4		

Комплекс/Обед/

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	7,48	11,2	3	142,5	Солянка из птицы	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2013	14,7	2,1	7,6	108	Фрикадельки рыбные	100
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд. отварные	180
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	35,145	22,9	95,19	728,9		

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

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
136/2013	7,48	11,2	3	142,5	Солянка из птицы	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2013	14,7	2,1	7,6	108	Фрикадельки рыбные	100
419/2021	0,475	1,64	2,3	26	Соус томатный	50
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд. отварные	180
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод.,ягод сушены	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
	35,145	22,9	95,19	728,9		

Комплекс/Полдник/

545/2021	12	4,2	71,7	248	Сдоба обыкновенная	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	200
	13	4,4	91,9	372		

Приятного аппетита и хорошего настроения !!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер