

МЕНЮ
на 21 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**

15/2021	0,48	3,6	1,56	40,8	С-т из свежих огурцов с луком	60
412/2013	13,5	9,6	8,36	169,7	Котлеты припущенные	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	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
	22,91	19,99	54,71	485,5		

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
100/2021	2,1	4,08	10,6	87,6	Рассольник ленинградск.	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд (паровые)	90
257/2021	5,4	5,5	27,8	181,5	Макароны отварные с томат	150
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	25,76	19,7	87,73	632,4		

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

15/2021	0,8	6	2,6	68	С-т из свежих огурцов с луком	100
412/2013	15	10,72	9,29	188,6	Котлеты припущенные	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	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
	25,54	24,71	58,42	552,6		

Комплекс/Обед/ на 93-33

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
100/2021	2,625	5,1	13,25	109,5	Рассольник ленинградск.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд (паровые)	100
257/2021	6,48	6,6	33,3	217,8	Макароны отварные с томат	180
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	28,335	23,21	96,68	712		

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

15/2021	0,8	6	2,6	68	С-т из свежих огурцов с луком	100
412/2013	15	10,72	9,29	188,6	Котлеты припущенные	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	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
	25,54	24,71	58,42	552,6		

Комплекс/Обед/ на 115-00

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
100/2021	2,625	5,1	13,25	109,5	Рассольник ленинградск.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд (паровые)	100
257/2021	6,48	6,6	33,3	217,8	Макароны отварные с томат	180
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	28,335	23,21	96,68	712		

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

15/2021	0,48	3,6	1,56	40,8	С-т из свежих огурцов с луком	60
412/2013	13,5	9,6	8,36	169,7	Котлеты припущенные	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	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
	22,91	19,99	54,71	485,5		

Комплекс/Обед/

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
100/2021	2,1	4,08	10,6	87,6	Рассольник ленинградск.	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд (паровые)	90
257/2021	5,4	5,5	27,8	181,5	Макароны отварные с томат	150
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	25,76	19,7	87,73	632,4		

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
100/2021	2,1	4,08	10,6	87,6	Рассольник ленинградск.	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд (паровые)	90
257/2021	5,4	5,5	27,8	181,5	Макароны отварные с томат	150
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	25,76	19,7	87,73	632,4		

Комплекс/Полдник/

540/2021	9,7	9	45,5	301,7	Шанежка с картофелем	100
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	200
	10,7	9,2	65,7	387,7		

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

15/2021	0,8	6	2,6	68	С-т из свежих огурцов с луком	100
412/2013	15	10,72	9,29	188,6	Котлеты припущенные	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	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
	25,54	24,71	58,42	552,6		

Комплекс/Обед/

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
100/2021	2,625	5,1	13,25	109,5	Рассольник ленинградск.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд (паровые)	100
257/2021	6,48	6,6	33,3	217,8	Макароны отварные с томат	180
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	28,335	23,21	96,68	712		

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
100/2021	2,625	5,1	13,25	109,5	Рассольник ленинградск.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд (паровые)	100
257/2021	6,48	6,6	33,3	217,8	Макароны отварные с томат	180
487/2021	0,3	0,2	14,2	60	Компот из яблок 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
	28,335	23,21	96,68	712		

Комплекс/Полдник/

540/2021	14,5	13,5	68,25	452,5	Булочка российская	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фруктов.	200
	15,5	13,7	88,45	538,5		

Приятного аппетита и хорошего настроения !!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер