

МЕНЮ

на 27 сентября 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

304/2021	14,4	6,3	3,6	128,7	Рыбные хлебцы паровые	90					
385/2021	2,51	3,62	25,9	146,2	Рис отварной	100					
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50					
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					
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100					
				23,69	12,41	80,39	529,4				

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблок	60					
116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150					
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					
				26,74	26,55	84,335	683,35				

Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс/Завтрак/ на 93-33

304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100					
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130					
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50					
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					
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100					
				26,04	14,19	88,59	587,5				

Комплекс/Обед/ на 93-33

22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100					
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180					
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					
				29,78	32,39	94,145	789,25				

Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс/Завтрак/ на 100-00

304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100					
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130					
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50					
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					
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100					
				26,04	14,19	88,59	587,5				

Комплекс/Обед/ на 115-00

22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100					
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180					
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					
				29,78	32,39	94,145	789,25				

ОВЗ-1 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.

Комплекс/Завтрак/

304/2021	14,4	6,3	3,6	128,7	Рыбные хлебцы паровые	90					
385/2021	2,51	3,62	25,9	146,2	Рис отварной	100					
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50					
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					
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100					
				23,69	12,41	80,39	529,4				

Комплекс/Обед/

22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблок	60					
116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150					
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					
				26,74	26,55	84,335	683,35				

ОВЗ-2 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.

Комплекс/Обед/

22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблок	60					
116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150					
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					
				26,74	26,55	84,335	683,35				

Комплекс/Полдник/

542/2021	7	11,2	46,3	315	Булочка домашняя	100					
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200					
				8	11,4	66,5	401				

ОВЗ-1 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет

Комплекс/Завтрак/

304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100					
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130					
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50					
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					
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100					
				26,04	14,19	88,59	587,5				

Комплекс/Обед/

22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100					
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180					
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					
				29,78	32,39	94,145	789,25				

ОВЗ-2 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет

Комплекс/Обед/

22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100					
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	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					
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5					
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180					
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					
				29,78	32,39	94,145	789,25				

Комплекс/Полдник/

542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150					
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200					
				11,5	16,95	89,7	558,5				

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер