

МЕНЮ

на 21 ноября 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

301/2013	12,9	20,07	3,46	244,6	Омлет натуральный	150
616/2013	0,2	0	10	40	Чай с сахаром (витамин.)	200
573/2021	3,8	0,4	24,6	117	Хлеб пшеничный	50
581/2021	2,95	2,35	37,5	183	Пряники	50
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Фрукты свежие	100
	20,25	23,22	85,36	631,6		

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

1/2021	0,87	3,6	5,04	56,4	С-т из капусты белокоч.	60
95/2021	1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картоф.	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
347/2018	13,23	9,99	11,43	189	Котлеты "Школьные"	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	23,15	24,53	63,12	566,1		

Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс/Завтрак/ на 93-33

301/2013	15,5	24	4,15	293	Омлет натуральный	180
616/2013	0,2	0	10	40	Чай с сахаром (витамин.)	200
573/2021	3,8	0,4	24,6	117	Хлеб пшеничный	50
581/2021	2,95	2,35	37,5	183	Пряники	50
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Фрукты свежие	100
	20,25	23,22	85,36	631,6		

Комплекс/Обед/ на 93-33

1/2021	1,45	6	8,4	94	С-т из капусты белокоч.	100
95/2021	1,85	4,425	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2018	14,7	11,1	12,7	210	Котлеты "Школьные"	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	26,45	30,58	70,98	665,4		

Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс/Завтрак/ на 100-00

301/2013	15,5	24	4,15	293	Омлет натуральный	180
616/2013	0,2	0	10	40	Чай с сахаром (витамин.)	200
573/2021	3,8	0,4	24,6	117	Хлеб пшеничный	50
581/2021	2,95	2,35	37,5	183	Пряники	50
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Фрукты свежие	100
	22,85	27,15	86,05	680		

Комплекс/Обед/ на 115-00

1/2021	1,45	6	8,4	94	С-т из капусты белокоч.	100
95/2021	1,85	4,425	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2018	14,7	11,1	12,7	210	Котлеты "Школьные"	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	26,45	30,58	70,98	665,4		

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

Комплекс /Завтрак/

301/2013	12,9	20,07	3,46	244,6	Омлет натуральный	150
616/2013	0,2	0	10	40	Чай с сахаром (витамин.)	200
573/2021	3,8	0,4	24,6	117	Хлеб пшеничный	50
581/2021	2,95	2,35	37,5	183	Пряники	50
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Фрукты свежие	100
	20,25	23,22	85,36	631,6		

Комплекс /Обед/

1/2021	0,87	3,6	5,04	56,4	С-т из капусты белокоч.	60
95/2021	1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картоф	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
347/2018	13,23	9,99	11,43	189	Котлеты "Школьные"	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	23,15	24,53	63,12	566,1		

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

Комплекс /Обед/

1/2021	0,87	3,6	5,04	56,4	С-т из капусты белокоч.	60
95/2021	1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картоф	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
347/2018	13,23	9,99	11,43	189	Котлеты "Школьные"	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	23,15	24,53	63,12	566,1		

Комплекс /Полдник/

530/2021	5,8	2,3	58	276,7	Ватрушка с повидлом	100
470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
	11,6	7,3	66	377,7		

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

Комплекс /Завтрак/

301/2013	15,5	24	4,15	293	Омлет натуральный	180
616/2013	0,2	0	10	40	Чай с сахаром (витамин.)	200
573/2021	3,8	0,4	24,6	117	Хлеб пшеничный	50
581/2021	2,95	2,35	37,5	183	Пряники	50
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Фрукты свежие	100
	22,85	27,15	86,05	680		

Комплекс /Обед/

1/2021	1,45	6	8,4	94	С-т из капусты белокоч.	100
95/2021	1,85	4,425	6,95	75	Борщ с капустой и картоф	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2018	14,7	11,1	12,7	210	Котлеты "Школьные"	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	26,45	30,58	70,98	665,4		

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

Комплекс /Обед/

1/2021	1,45	6	8,4	94	С-т из капусты белокоч.	100
95/2021	1,85	4,425	6,95	75	Борщ с капустой и картоф	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
347/2018	14,7	11,1	12,7	210	Котлеты "Школьные"	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,яго	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
	26,45	30,58	70,98	665,4		

Комплекс /Полдник/

530/2021	8,75	3,5	87	415	Ватрушка с повидлом	150
470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
	14,55	8,5	95	516		

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер