

## МЕНЮ

на 23 декабря 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**

26/2021	0,84	3,66	4,56	54,6	С-т из свеклы отварной	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
	23,27	20,05	57,71	499,3		

**Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	25,58	19,64	86,47	625,8		

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

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	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
	26,14	24,81	63,42	575,6		

**Комплекс/Обед/ на 93-33**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	28,155	23,15	95,42	705,4		

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

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	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
	26,14	24,81	63,42	575,6		

**Комплекс/Обед/ на 115-00**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	28,155	23,15	95,42	705,4		

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

26/2021	0,84	3,66	4,56	54,6	С-т из свеклы отварной	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
	23,27	20,05	57,71	499,3		

**Комплекс /Обед/**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	25,58	19,64	86,47	625,8		

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

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	25,58	19,64	86,47	625,8		

**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/**

26/2021	1,4	6,1	7,6	91	С-т из свеклы отварной	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
	26,14	24,81	63,42	575,6		

**Комплекс /Обед/**

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	28,155	23,15	95,42	705,4		

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

107/2013	0,48	0,06	1,02	7,8	Овощи натурал.соленые	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
	28,155	23,15	95,42	705,4		

**Комплекс /Полдник/**

540/2021	14,5	13,5	68,25	452,5	Шанежка с картофелем	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