

МЕНЮ

на 25 октября 2022 г.

№	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход	№	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход
рецептурь	/Б	/Ж	/У	/Ккал		порции	рецептурь	/Б	/Ж	/У	/Ккал		порции
Ступени начального образования 7-11 лет							ОВЗ-1 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.						
Комплекс/Завтрак/ 1-смена на 83-23							Комплекс /Завтрак/						
304/2021	14,4	6,3	3,6	128,7	Рыбные хлебцы паровые	90	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	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	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	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	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	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	112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	23,69	12,41	80,39	529,4				23,69	12,41	80,39	529,4		
Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23							Комплекс /Обед/						
22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблок	60	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	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	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	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	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	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	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	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	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	26,74	26,55	84,335	683,35				26,74	26,55	84,335	683,35		
Ступени среднего образования 12 лет и старше							ОВЗ-2 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.						
Комплекс/Завтрак/ на 93-33							Комплекс /Обед/						
304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100	22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблок	60
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130	116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	200
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50	433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд. (паровые)	90
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
	26,04	14,19	88,59	587,5			573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
Комплекс/Обед/ на 93-33							574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100		26,74	26,55	84,335	683,35		
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	Комплекс /Полдник/						
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	542/2021	7	11,2	46,3	315	Булочка домашняя	100
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100	501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5		8	11,4	66,5	401		
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	ОВЗ-1 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет						
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	Комплекс /Завтрак/						
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
	29,78	32,39	94,145	789,25			156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50
Ступени среднего образования 12 лет и старше							457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200
Комплекс/Завтрак/ на 100-00							573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130	112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50		26,04	14,19	88,59	587,5		
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	Комплекс/Обед/						
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100	433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
	26,04	14,19	88,59	587,5			348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100
Комплекс/Обед/ на 115-00							79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100	213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5		29,78	32,39	94,145	789,25		
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	ОВЗ-2 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет						
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	Комплекс /Обед/						
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250
	29,78	32,39	94,145	789,25			433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
Ступени среднего образования 12 лет и старше							348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100
Комплекс/Завтрак/ на 100-00							79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100	213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30		29,78	32,39	94,145	789,25		
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	ОВЗ-1 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 лет						
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100	Комплекс /Полдник/						
	26,04	14,19	88,59	587,5			542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150
Комплекс/Обед/ на 115-00							501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100		11,5	16,95	89,7	558,5		
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	Ступени среднего образования 12 лет и старше						
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	Комплекс/Завтрак/ на 100-00						
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100	304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	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	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	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,78	32,39	94,145	789,25			112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
Комплекс/Обед/ на 115-00								26,04	14,19	88,59	587,5		
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и ябло	100	Ступени среднего образования 12 лет и старше						
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	Комплекс/Завтрак/ на 100-00						
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100	385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200
4													