

## МЕНЮ

на 26 октября 2022 г.

№ рецептурь	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции	№ рецептурь	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции
	/Б	/Ж	/У	/Ккал				/Б	/Ж	/У	/Ккал		

Ступени начального образования 7-11 летКомплекс/Завтрак/ 1-смена на 83-23

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	90
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд.отварные	150
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай 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
	25,79	16,66	68,39	527,5		

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

42/2021	1,5	3,78	4,98	60	С-т картоф-ный с зел.горошк.	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
168/М2003	11,7	18,3	10,3	254	Котлеты домашние	90
415/2013	3,54	6,045	32,4	198	Рис припущенный	150
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	20,84	32,97	76,53	687,7		

Ступени среднего образования 12 лет и старшеКомплекс/Завтрак/ на 93-33

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварные	180
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай 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
	28,5	18,85	74,33	581,8		

Комплекс/Обед/ на 93-33

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф-ный с зел.горошк.	100
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
168/М2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	100
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	180
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	24,24	39,95	89,14	816,4		

Ступени среднего образования 12 лет и старшеКомплекс/Завтрак/ на 100-00

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварные	180
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай 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
	28,5	18,85	74,33	581,8		

Комплекс/Обед/ на 115-00

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф-ный с зел.горошк.	100
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
168/М2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	100
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	180
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	24,24	39,95	89,14	816,4		

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

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	90
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд.отварные	150
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай 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
	25,79	16,66	68,39	527,5		

Комплекс /Обед/

42/2021	1,5	3,78	4,98	60	С-т картоф-ный с зел.горошк.	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
168/М2003	11,7	18,3	10,3	254	Котлеты домашние	90
415/2013	3,54	6,045	32,4	198	Рис припущенный	150
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	20,84	32,97	76,53	687,7		

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

42/2021	1,5	3,78	4,98	60	С-т картоф-ный с зел.горошк.	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
168/М2003	11,7	18,3	10,3	254	Котлеты домашние	90
415/2013	3,54	6,045	32,4	198	Рис припущенный	150
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	20,84	32,97	76,53	687,7		

Комплекс /Полдник/

545/2021	8	2,8	47,5	248	Булочка российская	100
201/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,ягодн.	200
	9	3	68	334		

ОВЗ-1 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 летКомплекс /Завтрак/

148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварные	180
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай 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
	28,5	18,85	74,33	581,8		

Комплекс /Обед/

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф-ный с зел.горошк.	100
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
168/М2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	100
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	180
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	24,24	39,95	89,14	816,4		

ОВЗ-2 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 летКомплекс /Обед/

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф-ный с зел.горошк.	100
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
168/М2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	100
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	180
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	24,24	39,95	89,14	816,4		

Комплекс /Полдник/

545/2021	12	4,2	71,7	372	Сдоба обыкновенная	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,ягодн.	200
	13	4,4	91,9	458		

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер