

МЕНЮ

на 27 января 2023 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**

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|------------------------|-----|
| 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

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|----------------------------|-----|
| 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/ 1-смена**

| | | | | | | |
|----------|-------|-------|-------|-------|------------------------|-----|
| 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/ 2-смена

| | | | | | | |
|----------|--------|-------|-------|-------|----------------------------|-----|
| 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(за счёт родительской платы)**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 | | |

ОБЗ-1 смена 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 | | |

ОБЗ-2 смена 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 | | |

ОБЗ-1 смена 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 | | |

ОБЗ-2 смена 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