

МЕНЮ

на 3 октября 2023 г.

№ рецептуры на 91-79	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции	№ рецептуры на 131-47	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции							
	/Б	/Ж	/У	/Ккал				/Б	/Ж	/У	/Ккал									
Ступени начального образования /-11 лет																				
Комплекс/завтрак/ 1-смена						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	Флоды свежые	100	112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежые	100							
	23,69	12,41	80,39	529,4				23,69	12,41	80,39	529,4									
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Обед/														
22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблoк	60	22/2021	0,6	3,66	4,5	53,4	С-т из моркови и яблoк	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	Тeфтели из говяд. (паровые)	90	348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тeфтели из говяд. (паровые)	90							
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (порц.)	5	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (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									
на 102-89																				
Ступени среднего образования 12 лет и старше																				
Комплекс/Завтрак/ 1-смена						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 яблoк	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	Тeфтели 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 сливoчное (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	Флоды свежые	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/ 2-смена						Комплекс /Обед/														
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблoк	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		26,74	26,55	84,335	683,35									
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	Комплекс /Полдник/													
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтели из говяд. (паровые)	100	542/2021	7	11,2	46,3	315	Булочка домашняя	100							
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (порц.)	5	501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200							
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180		8	11,4	66,5	401									
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	на 157-78													
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	Обс-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше													
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	Комплекс /Завтрак/													
	29,78	32,39	94,145	789,25			304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100							
(за счёт родительской платы)																				
Ступени среднего образования 12 лет и старше																				
Комплекс/Завтрак/ на 105-00						Комплекс /Обед/														
304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100	385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130							
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130	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	Флоды свежые	100							
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежые	100		26,04	14,19	88,59	587,5									
	26,04	14,19	88,59	587,5			Комплекс/Обед/ на 120-00													
Комплекс/Обед/ на 105-00						Комплекс /Обед/														
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблoк	100	22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблoк	100							
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250							
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8							
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтели из говяд. (паровые)	100	348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтели из говяд. (паровые)	100							
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (порц.)	5	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (порц.)	5							
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180							
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							
	29,78	32,39	94,145	789,25				29,78	32,39	94,145	789,25									
Обс-2 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше																				
Комплекс /Обед/						Комплекс /Обед/														
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблoк	100	22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблoк	100							
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250							
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8							
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтели из говяд. (паровые)	100	348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтели из говяд. (паровые)	100							
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (порц.)	5	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчное (порц.)	5							
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180							
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							
	29,78	32,39	94,145	789,25				29,78	32,39	94,145	789,25									
Комплекс /Полдник/						Комплекс /Полдник/														
542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150	542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150							
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200	501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200							
	11,5	16,95	89,7	558,5				11,5	16,95	89,7	558,5									

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

бухгалтер