

## МЕНЮ

на 30 сентября 2023 г.

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

## на 91-76

Ступени начального образования 7-11 лет

## Комплекс/Завтрак/ 1-смена

285/2021	22,6	8	31	286	Пудинг творожный запеч	150
471/2021	2,16	2,55	16,65	98,1	Молоко сгущенное	30
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	27,74	11,29	81,71	541,3		

## Комплекс/Обед/ 2-смена

47/2021	0,96	3,72	3,96	52,8	Винегрет овощной	60
122/2021	7,44	9,12	8,04	144	Суп с рыбными консерв.	200
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	90
385/2021	3,8	5,43	38,9	219,3	Рис отварной	150
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	31,68	29,86	88,66	748,7		

## на 102-89

Ступени среднего образования 12 лет и старше

## Комплекс/Завтрак/ 1-смена

285/2021	27,12	9,6	37,2	343	Пудинг творожный запеч	180
471/2021	2,16	2,55	16,65	98,1	Молоко сгущенное	30
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	33,02	12,97	92,83	621,7		

## Комплекс/Обед/ 2-смена

47/2021	1,6	6,2	6,6	88	Винегрет овощной	100
122/2021	9,3	11,4	10,5	180	Суп с рыбными консерв.	250
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
385/2021	4,5	6,5	46,6	263	Рис отварной	180
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	36,48	36,89	101	881		

## (за счёт родительской платы)

Ступени среднего образования с 12 лет и старше

## Комплекс/Завтрак/ на 105-00

285/2021	27,12	9,6	37,2	343	Пудинг творожный запеч	180
471/2021	2,16	2,55	16,65	98,1	Молоко сгущенное	30
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	33,02	12,97	92,83	621,7		

## Комплекс/Обед/ на 120-00

47/2021	1,6	6,2	6,6	88	Винегрет овощной	100
122/2021	9,3	11,4	10,5	180	Суп с рыбными консерв.	250
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
385/2021	4,5	6,5	46,6	263	Рис отварной	180
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	36,48	36,89	101	881		

## на 131-47

ОБЗ-1 смена Ступени начального образования 7-11 л.

## Комплекс/Завтрак/

285/2021	22,6	8	31	286	Пудинг творожный запеч	150
471/2021	2,16	2,55	16,65	98,1	Молоко сгущенное	30
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	27,74	11,29	81,71	541,3		

## Комплекс/Обед/

47/2021	0,96	3,72	3,96	52,8	Винегрет овощной	60
122/2021	7,44	9,12	8,04	144	Суп с рыбными консерв.	200
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	90
385/2021	3,8	5,43	38,9	219,3	Рис отварной	150
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	31,68	29,86	88,66	748,7		

ОБЗ-2 смена Ступени начального образования 7-11 л.

## Комплекс/Обед/

47/2021	0,96	3,72	3,96	52,8	Винегрет овощной	60
122/2021	7,44	9,12	8,04	144	Суп с рыбными консерв.	200
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	90
385/2021	3,8	5,43	38,9	219,3	Рис отварной	150
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	31,68	29,86	88,66	748,7		

## Комплекс/Полдник/

543/2021	7,2	13,3	48	341,7	Булочка дорожная	100
470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
	13	18,3	56	442,7		

## на 157-78

ОБЗ-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше

## Комплекс/Завтрак/

285/2021	27,12	9,6	37,2	343	Пудинг творожный запеч	180
471/2021	2,16	2,55	16,65	98,1	Молоко сгущенное	30
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	33,02	12,97	92,83	621,7		

## Комплекс/Обед/

47/2021	1,6	6,2	6,6	88	Винегрет овощной	100
122/2021	9,3	11,4	10,5	180	Суп с рыбными консерв.	250
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
385/2021	4,5	6,5	46,6	263	Рис отварной	180
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	36,48	36,89	101,04	881		

ОБЗ-2 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше

## Комплекс/Обед/

47/2021	1,6	6,2	6,6	88	Винегрет овощной	100
122/2021	9,3	11,4	10,5	180	Суп с рыбными консерв.	250
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
385/2021	4,5	6,5	46,6	263	Рис отварной	180
491/2021	0,2	0,1	10,7	44	Компот из ягод замороз.	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
	36,48	36,89	101,04	881		

## Комплекс/Полдник/

543/2021	10,8	20	72	512,5	Булочка дорожная	100
470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
	16,6	25	80	613,5		

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер