

# МЕНЮ

на 5 сентября 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  |                             |              |
| <b>Ступени начального образования /-11 лет</b>      |                    |       |        |        |                             |  |   |                    |       |        |        |                             |              |
| <b>Комплекс/завтрак/ 1-смена</b>                    |                    |       |        |        |                             | <b>Комплекс /завтрак/</b>                              |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 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  |                             |              |
| <b>Комплекс/Обед/ 2-смена</b>                       |                    |       |        |        |                             | <b>Комплекс /Обед/</b>                                 |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 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 |                             |              |
| <b>на 102-89</b>                                    |                    |       |        |        |                             |  |   |                    |       |        |        |                             |              |
| <b>Ступени среднего образования 12 лет и старше</b> |                    |       |        |        |                             |  |   |                    |       |        |        |                             |              |
| <b>Комплекс/Завтрак/ 1-смена</b>                    |                    |       |        |        |                             | <b>Комплекс /Обед/</b>                                 |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 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           |
| <b>Комплекс/Обед/ 2-смена</b>                       |                    |       |        |        |                             | <b>Комплекс /Полдник/</b>                              |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 22/2021   | 1                  | 6,1   | 7,5    | 89     | С-т из моркови и яблок      | 100  | 542/2021  | 7                  | 11,2  | 46,3   | 315    | Булочка домашняя            | 100          |
| 116/2021  | 2                  | 4,53  | 6,33   | 74     | Суп из овощей               | 250  | 501/2021  | 1                  | 0,2   | 20,2   | 86     | Соки овощные,фрукт.,ягод.   | 200          |
| 433/2021  | 0,19               | 1,2   | 0,26   | 12,6   | Сметана                     | 8  |   | 8                  | 11,4  | 66,5   | 401    |                             |              |
| 348/2021  | 13,4               | 9,3   | 6,6    | 165,7  | Тефтели из говяд. (паровые) | 100  | <b>на 157-78</b>  |                    |       |        |        |                             |              |
| 79/2021   | 0,04               | 3,6   | 0,065  | 33,05  | Масло сливочное (порц.)     | 5  | <b>ОбЗ-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше</b> |                    |       |        |        |                             |              |
| 213/2021  | 7,8                | 6,7   | 28,3   | 204,9  | Каша гречневая вязкая       | 180  | <b>Комплекс /Завтрак/</b>                                       |                    |       |        |        |                             |              |
| 496/2021  | 0,67               | 0,27  | 18,3   | 78     | Напиток из шиповника        | 200  | 304/2021  | 16                 | 7     | 4      | 143    | Рыбные хлебцы паровые       | 100          |
| 573/2021  | 2,28               | 0,24  | 14,76  | 70,2   | Хлеб пшеничный              | 30   | 385/2021  | 3,26               | 4,7   | 33,7   | 190    | Рис отварной                | 130          |
| 574/2021  | 2,4                | 0,45  | 12,03  | 61,8   | Хлеб ржаной                 | 30   | 156/2021  | 1,5                | 1,3   | 5      | 37,5   | Овощи отварные              | 50           |
|   | 29,78              | 32,39 | 94,145 | 789,25 |                             |  | 457/2021  | 0,2                | 0,1   | 9,3    | 38     | Чай с сахаром               | 200          |
| <b>(за счёт родительской платы)</b>                 |                    |       |        |        |                             |  |   |                    |       |        |        |                             |              |
| <b>Ступени среднего образования 12 лет и старше</b> |                    |       |        |        |                             |  |   |                    |       |        |        |                             |              |
| <b>Комплекс/Завтрак/ на 105-00</b>                  |                    |       |        |        |                             | <b>Комплекс/Обед/</b>                                  |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 304/2021  | 16                 | 7     | 4      | 143    | Рыбные хлебцы паровые       | 100  | 22/2021   | 1                  | 6,1   | 7,5    | 89     | С-т из моркови и яблок      | 100          |
| 385/2021  | 3,26               | 4,7   | 33,7   | 190    | Рис отварной                | 130  | 116/2021  | 2                  | 4,53  | 6,33   | 74     | Суп из овощей               | 250          |
| 156/2021  | 1,5                | 1,3   | 5      | 37,5   | Овощи отварные              | 50   | 433/2021  | 0,19               | 1,2   | 0,26   | 12,6   | Сметана                     | 8            |
| 457/2021  | 0,2                | 0,1   | 9,3    | 38     | Чай с сахаром               | 200  | 348/2021  | 13,4               | 9,3   | 6,6    | 165,7  | Тефтели из говяд. (паровые) | 100          |
| 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  | 7,8                | 6,7   | 28,3   | 204,9  | Каша гречневая вязкая       | 180          |
| 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           |
| <b>Комплекс/Обед/ на 120-00</b>                     |                    |       |        |        |                             | <b>574/2021 2,4 0,45 12,03 61,8 Хлеб ржаной 30</b>     |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 22/2021   | 1                  | 6,1   | 7,5    | 89     | С-т из моркови и яблок      | 100  |   | 29,78              | 32,39 | 94,145 | 789,25 |                             |              |
| 116/2021  | 2                  | 4,53  | 6,33   | 74     | Суп из овощей               | 250  | <b>ОбЗ-2 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше</b> |                    |       |        |        |                             |              |
| 433/2021  | 0,19               | 1,2   | 0,26   | 12,6   | Сметана                     | 8  | <b>Комплекс /Обед/</b>  |                    |       |        |        |                             |              |
| 348/2021  | 13,4               | 9,3   | 6,6    | 165,7  | Тефтели из говяд. (паровые) | 100  | 22/2021   | 1                  | 6,1   | 7,5    | 89     | С-т из моркови и яблок      | 100          |
| 79/2021   | 0,04               | 3,6   | 0,065  | 33,05  | Масло сливочное (порц.)     | 5  | 116/2021  | 2                  | 4,53  | 6,33   | 74     | Суп из овощей               | 250          |
| 213/2021  | 7,8                | 6,7   | 28,3   | 204,9  | Каша гречневая вязкая       | 180  | 433/2021  | 0,19               | 1,2   | 0,26   | 12,6   | Сметана                     | 8            |
| 496/2021  | 0,67               | 0,27  | 18,3   | 78     | Напиток из шиповника        | 200  | 348/2021  | 13,4               | 9,3   | 6,6    | 165,7  | Тефтели из говяд. (паровые) | 100          |
| 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  | 7,8                | 6,7   | 28,3   | 204,9  | Каша гречневая вязкая       | 180          |
|   | 29,78              | 32,39 | 94,145 | 789,25 |                             |  | 496/2021  | 0,67               | 0,27  | 18,3   | 78     | Напиток из шиповника        | 200          |
| <b>Комплекс/Полдник/</b>                            |                    |       |        |        |                             | <b>573/2021 2,28 0,24 14,76 70,2 Хлеб пшеничный 30</b> |   |                    |       |        |        |                             |              |
| 542/2021  | 10,5               | 16,75 | 69,5   | 472,5  | Булочка домашняя            | 150  | 574/2021 2,4 0,45 12,03 61,8 Хлеб ржаной 30                     |                    |       |        |        |                             |              |
| 501/2021  | 1                  | 0,2   | 20,2   | 86     | Соки овощные,фрукт.,ягод.   | 200  |   | 29,78              | 32,39 | 94,145 | 789,25 |                             |              |
|   | 11,5               | 16,95 | 89,7   | 558,5  |                             |  | <b>Комплекс /Полдник/</b>                                       |                    |       |        |        |                             |              |

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

зав.пр-вом

бухгалтер