

МЕНЮ

на 6 февраля 2024 г.

№ рецептурь на 96-26	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции	№ рецептурь на 137-85	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции
	/Б	/Ж	/У	/Ккал				/Б	/Ж	/У	/Ккал		

Ступени начального образования 7-11 лет

Комплекс/Завтрак/ 1-смена

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
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
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежие	100
	23,69	12,41	80,39	529,4		

Комплекс/Обед/ 2-смена

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 oвoщей	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тeфтeли из говяд. (паровые)	90
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша грeчневая вязкая	150
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	26,74	26,55	84,335	683,35		

на 107-93

Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс/Завтрак/ 1-смена

304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
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
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежие	100
	26,04	14,19	88,59	587,5		

Комплекс/Обед/ 2-смена

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 oвoщей	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтeли из говяд. (паровые)	100
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша грeчневая вязкая	180
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,78	32,39	94,145	789,25		

(за счёт родительской платы)

Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс/Завтрак/ на 105-00

304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
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
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежие	100
	26,04	14,19	88,59	587,5		

Комплекс/Обед/ на 120-00

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 oвoщей	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтeли из говяд. (паровые)	100
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша грeчневая вязкая	180
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,78	32,39	94,145	789,25		

OB3-1 смена Ступени начального образования 7-11 л.

Комплекс /Завтрак/

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
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
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежие	100
	23,69	12,41	80,39	529,4		

Комплекс /Обед/

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 oвoщей	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тeфтeли из говяд. (паровые)	90
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша грeчневая вязкая	150
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	26,74	26,55	84,335	683,35		

на 137-85

OB3-2 смена Ступени начального образования 7-11 л.

Комплекс /Обед/

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 oвoщей	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тeфтeли из говяд. (паровые)	90
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша грeчневая вязкая	150
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	26,74	26,55	84,335	683,35		

Комплекс /Полдник/

542/2021	7	11,2	46,3	315	Булочка домашняя	100
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки oвoщнoе,фрукт.,ягoд	200
	8	11,4	66,5	401		

на 165-51

OB3-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс /Завтрак/

304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
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
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
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Флоды свежие	100
	26,04	14,19	88,59	587,5		

Комплекс/Обед/

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 oвoщей	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтeли из говяд. (паровые)	100
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша грeчневая вязкая	180
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,78	32,39	94,145	789,25		

OB3-2 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше

Комплекс /Обед/

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 oвoщей	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тeфтeли из говяд. (паровые)	100
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливoчнoе (пoрц.)	5
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша грeчневая вязкая	180
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напитoк из шипoвникa	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничнoй	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,78	32,39	94,145	789,25		

Комплекс /Полдник/

542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки oвoщнoе,фрукт.,ягoд	200
	11,5	16,95	89,7	558,5		

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!