

МЕНЮ

на 7 ноября 2023 г.

№ рецептуры на 91-99	/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						Ступени начального образования /-11 л.							
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	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		
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Обед/							
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		
на 102-89						на 131-47							
Ступени среднего образования 12 лет и старше						Ступени начального образования /-11 л.							
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 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
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Полдник/							
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	на 157-78						
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	Ступени среднего образования 12 лет и старше						
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	Комплекс /Завтрак/						
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
(за счёт родительской платы)						Комплекс/Обед/							
Ступени среднего образования 12 лет и старше						Комплекс/Обед/							
Комплекс/Завтрак/ на 105-00						Комплекс/Обед/							
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
Комплекс/Обед/ на 120-00						Комплекс/Обед/							
22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	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		29,78	32,39	94,145	789,25		
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	Ступени среднего образования 12 лет и старше						
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд (паровые)	100	Комплекс /Обед/						
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	22/2021	1	6,1	7,5	89	С-т из моркови и яблок	100
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд (паровые)	100
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
	29,78	32,39	94,145	789,25			213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180
Комплекс/Полдник/						Комплекс/Полдник/							
542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
	11,5	16,95	89,7	558,5			574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер