

МЕНЮ

на 7 октября 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						на 131-47							
<u>Ступени начального образования 7-11 лет</u>						<u>ОВЗ-1 смена Ступени начального образования 7-11 л.</u>							
Комплекс/Завтрак/ 1-смена						Комплекс /Завтрак/							
14/2021	0,42	3,6	1,08	38,4	С-т из свежих огурцов	60	14/2021	0,42	3,6	1,08	38,4	С-т из свежих огурцов	60
327/2021	20	19,5	3,3	258	Гуляш из отварн. говядины	100	327/2021	20	19,5	3,3	258	Гуляш из отварн. говядины	100
152/2021	4,35	8,1	16,2	154,5	Картофель отв.с маслом	157,5	152/2021	4,35	8,1	16,2	154,5	Картофель отв.с маслом	158
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200	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	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
	29,75	31,99	56,87	622,9				29,75	31,99	56,87	622,9		
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Обед/							
21/2021	0,72	3,6	6,72	62,4	Салат из моркови	60	21/2021	0,72	3,6	6,72	62,4	Салат из моркови	60
108/2021	1,22	3,54	2,96	48,6	Щи по-уральски (с крупой)	200	108/2021	1,22	3,54	2,96	48,6	Щи по-уральски (с крупой)	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
295/2021	16,2	0,42	0,48	49,2	Рыба отварная	90	295/2021	16,2	0,42	0,48	49,2	Рыба отварная	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150	377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод. ягод сушен.	200	494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод. ягод сушен.	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
	30,96	15,01	63,31	477,1				30,96	15,01	63,31	477,1		
на 102-89						ОВЗ-2 смена Ступени начального образования 7-11 л.							
<u>Ступени среднего образования с 12 лет и старше</u>						<u>Ступени среднего образования 12 лет и старше</u>							
Комплекс/Завтрак/ 1-смена						Комплекс /Обед/							
148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60	21/2021	0,72	3,6	6,72	62,4	Салат из моркови	60
261/2021	12,9	15,55	51,5	397,5	Макароны, запечен с сыром	250	108/2021	1,22	3,54	2,96	48,6	Щи по-уральски (с крупой)	200
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200	433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40	295/2021	16,2	0,42	0,48	49,2	Рыба отварная	90
	16,9	16,09	82,96	545,5			377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Полдник/							
21/2021	1,2	6	11,2	104	Салат из моркови	100	543/2021	7,2	13,3	48	341,7	Булочка дорожная	100
108/2021	1,525	4,425	3,7	60,75	Щи по-уральски (с крупой)	250	470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8		13	18,3	56	442,7		
295/2021	18	0,7	0,8	82	Рыба отварная	100	на 157-78						
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180	<u>ОВЗ-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше</u>						
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод. ягод сушен.	200	Комплекс /Завтрак/						
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	261/2021	12,9	15,55	51,5	397,5	Макароны, запечен с сыром	250
	30,755	20,23	70,69	589,35			459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200
(за счёт родительской платы)						Комплекс /Обед/							
<u>Ступени среднего образования с 12 лет и старше</u>						<u>Ступени среднего образования 12 лет и старше</u>							
Комплекс/Завтрак/ на 105-00						Комплекс /Обед/							
148/2021	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи свежие (порциями)	60	21/2021	1,2	6	11,2	104	Салат из моркови	100
261/2021	12,9	15,55	51,5	397,5	Макароны, запечен с сыром	250	108/2021	1,525	4,425	3,7	60,75	Щи по-уральски (с крупой)	250
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200	433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40	295/2021	18	0,7	0,8	82	Рыба отварная	100
	16,9	16,09	82,96	545,5			377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
Комплекс/Обед/ на 120-00						Комплекс /Полдник/							
21/2021	1,2	6	11,2	104	Салат из моркови	100	543/2021	10,8	20	72	512,5	Булочка дорожная	150
108/2021	1,525	4,425	3,7	60,75	Щи по-уральски (с крупой)	250	470/2021	5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток	200
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8		16,6	25	80	613,5		
295/2021	18	0,7	0,8	82	Рыба отварная	100	Прятного аппетита и хорошего настроения !!!						
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180	Директор						
494/2021	0,3	0,01	17,5	72	Компот из плод. ягод сушен.	200	Зав.пр-вом						
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	Бухгалтер						
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30							
	30,755	20,23	70,69	589,35									