

МЕНЮ

на 8 ноября 2023 г.

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

на 91-76

Ступени начального образования 7-11 лет**Комплекс/Завтрак/ 1-смена**

31/2021	0,78	3,66	3,72	50,4	С-т из свёклы с сол.огурц.	60
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	90
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд.отварные	150
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
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	25,91	20,2	69,83	563,5		

Комплекс/Обед/ 2-смена

42/2021	1,5	3,78	4,98	60	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	60
95/2021	1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картоф.	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
168/м2003	11,7	18,3	10,3	254	Котлеты домашние	90
415/2013	3,54	6,045	32,4	198	Рис припущенный	150
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	23,12	33,205	91,29	757,9		

на 102-89

Ступени среднего образования 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/ 1-смена**

31/2021	1,3	6,1	6,2	84	С-т из свёклы с сол.огурц.	100
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварные	180
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
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,14	24,83	78,25	651,4		

Комплекс/Обед/ 2-смена

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	100
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
168/м2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	100
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	180
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	26,52	40,19	103,9	886,6		

(за счёт родительской платы)

Ступени среднего образования 12 лет и старше**Комплекс/Завтрак/ на 105-00**

31/2021	1,3	6,1	6,2	84	С-т из свёклы с сол.огурц.	100
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	100
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварные	180
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
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	29,14	24,83	78,25	651,4		

Комплекс/Обед/ на 120-00

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	100
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
168/м2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	100
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	180
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	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
	26,52	40,19	103,9	886,6		

на 131-47

ОВЗ-1 смена Ступени начального образования 7-11 л.**Комплекс /Завтрак/**

31/2021	0,78	3,66	3,72	50,4	С-т из свёклы с сол.огурц.	
366/2021	14,6	10,8	0,27	156,6	Птица отварная	
256/2021	5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изд.отварные	
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	
	25,91	20,2	69,83	563,5		

Комплекс /Обед/

42/2021	1,5	3,78	4,98	60	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	
95/2021	1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картоф.	
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	
168/м2003	11,7	18,3	10,3	254	Котлеты домашние	
415/2013	3,54	6,045	32,4	198	Рис припущенный	
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	
	23,12	33,205	91,29	757,9		

на 131-47

ОВЗ-2 смена Ступени начального образования 7-11 л.**Комплекс /Обед/**

42/2021	1,5	3,78	4,98	60	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	
95/2021	1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картоф.	
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	
168/м2003	11,7	18,3	10,3	254	Котлеты домашние	
415/2013	3,54	6,045	32,4	198	Рис припущенный	
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	
	23,12	33,205	91,29	757,9		

Комплекс /Полдник/

545/2021	8	2,8	47,5	248	Булочка российская	
201/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн./фруктов./ягодн.	
	9	3	68	334		

ОВЗ-1 смена на 157-78 Ступени среднего образования с 12 л.**Комплекс /Завтрак/**

31/2021	1,3	6,1	6,2	84	С-т из свёклы с сол.огурц.	
366/2021	16,2	12	0,3	174	Птица отварная	
256/2021	6,66	5,94	35,46	221,4	Макаронные изд.отварные	
459/2021	0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	
	29,14	24,83	78,25	651,4		

Комплекс /Обед/

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	
168/м2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	
	26,52	40,19	103,9	886,6		

ОВЗ-2 смена на 157-78 Ступени среднего образования с 12 л.**Комплекс /Обед/**

42/2021	2,5	6,3	8,3	100	С-т картоф.-ный с зел.горошк.	
95/2021	1,85	4,4	6,95	75	Борщ с капустой и картоф.	
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	
168/м2003	13	20,3	11,5	283	Котлеты домашние	
415/2013	4,2	7,2	39	238	Рис припущенный	
486/2021	0,1	0,1	11,1	46	Компот из св.плодов и ягод	
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	
	26,52	40,19	103,9	886,6		

Комплекс /Полдник/

545/2021	12	4,2	71,7	372	Сдоба обыкновенная	
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн./фруктов./ягодн.	
	13	4,4	91,9	458		

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер