

МЕНЮ

на 9 ноября 2022 г.

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

Ступени начального образования 7-11 летКомплекс/Завтрак/ 1-смена на 83-23

64/2021	5,2	7,8	7,4	121	Бутерброд с сыром (2-в)	35
223/2021	8,4	6,6	37,8	245,4	Каша пшеничная вязкая	200
461/2021	0	0,01	14	56	Чай каркаде	200
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
573/2021	1,52	0,16	9,84	46,8	Хлеб пшеничный	20
	15,52	14,97	78,84	516,2		

Комплекс/Обед/ 2-смена на 83-23

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	13,28	3,3	3,45	96,75	Рыба,запечен.в омлете	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	21,91	20,82	51,21	479,05		

Ступени среднего образования с 12 лет и старшеКомплекс/Завтрак/ на 93-33

64/2021	5,2	7,8	7,4	121	Бутерброд с сыром (2-в)	35
223/2021	8,4	6,6	37,8	245,4	Каша пшеничная вязкая	200
461/2021	0	0,01	14	56	Чай каркаде	200
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
573/2021	1,52	0,16	9,84	46,8	Хлеб пшеничный	20
	15,52	14,97	78,84	516,2		

Комплекс/Обед/ на 93-33

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	14,75	3,67	3,83	107,5	Рыба,запечен.в омлете	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	27,23	22,71	73,01	604,4		

Ступени среднего образования с 12 лет и старшеКомплекс/Завтрак/ на 100-00

64/2021	5,2	7,8	7,4	121	Бутерброд с сыром (2-в)	35
223/2021	8,4	6,6	37,8	245,4	Каша пшеничная вязкая	200
461/2021	0	0,01	14	56	Чай каркаде	200
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
573/2021	1,52	0,16	9,84	46,8	Хлеб пшеничный	20
	15,52	14,97	78,84	516,2		

Комплекс/Обед/ на 115-00

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	14,75	3,67	3,83	107,5	Рыба,запечен.в омлете	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	27,23	22,71	73,01	604,4		

ОВЗ-1 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.Комплекс /Завтрак/

64/2021	5,2	7,8	7,4	121	Бутерброд с сыром (2-в)	35
223/2021	8,4	6,6	37,8	245,4	Каша пшеничная вязкая	200
461/2021	0	0,01	14	56	Чай каркаде	200
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
573/2021	1,52	0,16	9,84	46,8	Хлеб пшеничный	20
	15,52	14,97	78,84	516,2		

Комплекс /Обед/

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	13,28	3,3	3,45	96,75	Рыба,запечен.в омлете	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	21,91	20,82	51,21	479,05		

ОВЗ-2 смена на 119-30 Ступени начального образования 7-11 л.Комплекс /Обед/

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	13,28	3,3	3,45	96,75	Рыба,запечен.в омлете	90
377/2021	4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	21,91	20,82	51,21	479,05		

Комплекс /Полдник/

545/2021	8	2,8	47,8	248	Сдоба обыкновенная	100
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,ягод.	200
	9	3	68	334		

ОВЗ-1 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 летКомплекс /Завтрак/

64/2021	5,2	7,8	7,4	121	Бутерброд с сыром (2-в)	35
223/2021	8,4	6,6	37,8	245,4	Каша пшеничная вязкая	200
461/2021	0	0,01	14	56	Чай каркаде	200
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
573/2021	1,52	0,16	9,84	46,8	Хлеб пшеничный	20
	15,52	14,97	78,84	516,2		

Комплекс /Обед/

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	14,75	3,67	3,83	107,5	Рыба,запечен.в омлете	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	27,23	22,71	73,01	604,4		

ОВЗ-2 смена на 143-18 Ступени среднего образования с 12 летКомплекс /Обед/

150/2021	1,14	5,34	4,62	70,8	Икра кабачковая(пром.пр-ва)	60
93/2021	1,3	4,38	6	68,5	Борщ из свежей капусты	250
433/2021	0,24	1,5	0,32	15,8	Сметана	10
300/2021	14,75	3,67	3,83	107,5	Рыба,запечен.в омлете	100
377/2021	4,86	7,2	10,44	126	Пюре картофельное	180
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод.,ягод сушен.	200
573/2021	3,04	0,32	19,68	93,6	Хлеб пшеничный	40
574/2021	1,6	0,3	8,02	41,2	Хлеб ржаной	20
	27,23	22,71	73,01	604,4		

Комплекс /Полдник/

545/2021	12	4,2	71,7	372	Сдоба обыкновенная	150
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощн.,фруктов.,ягод.	200
	13	4,4	91,9	458		

Приятного аппетита и хорошего настроения!!.

Директор

Зав.пр-вом

Бухгалтер