



**МЕНЮ**

21.03.2023

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>						
64/16/2008/2011	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, КОРЕЙКА СВИНИНАЯ ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ	100/15	181	4,60	12,20	19,40
84/2013	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, С КАРТОФЕЛЕМ, С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250/15/5	197	5,67	5,44	35,10
249т/т/к/2010	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ С СЫРОМ (ФИЛЕ ТРЕСКИ)	100	262	15,64	8,90	17,87
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	169	3,72	6,48	24,36
402/2008	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,09	26,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	86	2,40	1,39	15,60
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ	100	313	13,30	10,30	46,00
<b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 284-70 руб.</b>		<b>1 135</b>	<b>1 463</b>	<b>49,57</b>	<b>46,94</b>	<b>209,21</b>

Зам. директора



Зав. производством

Калькулятор



**МЕНЮ**

21.03.2023

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ 7-11 ЛЕТ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
41/1/к/2008	БУТЕРБРОД С ЗАПЕЧЕННЫМ ФИЛЕ КУРИНЫМ	60	105	3,63	6,78	13,36
224/335/2008/2011	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ АБРИКОСОВЫМ	160	371	15,19	12,40	43,90
430/2008	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	43	0,20	0,10	12,11
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
<b>Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб.</b>		<b>520</b>	<b>571</b>	<b>19,46</b>	<b>19,72</b>	<b>80,15</b>
<b>ОБЕД</b>						
64/2008	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	86	1,92	4,18	5,64
76/2008	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/10	115	5,29	7,04	10,70
239/2008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	203	11,70	10,34	13,50
123/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	148	2,90	4,70	23,50
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,09	26,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
338/2011	ГРУША СВЕЖАЯ	100	47	0,40	0,30	10,30
<b>Итого за ОБЕД - 145-30 руб.</b>		<b>865</b>	<b>838</b>	<b>26,41</b>	<b>28,66</b>	<b>110,03</b>

Зам. директора



Зав. производством

Калькулятор