



**МЕНЮ**  
29.02.2024

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

| Номер рецептуры                                | Наименование  | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|--|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>                        |   |                |                               |              |              |               |
| 20/209/2011                                    | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 120/20         | 149                           | 5,76         | 6,20         | 12,06         |
| 91/2008  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (ФИЛЕ) И СМЕТАНОЙ          | 250/10/5       | 165                           | 5,68         | 5,90         | 17,10         |
| 9.151/   | ГОВЯДИНА НАТУРАЛЬНАЯ РУБЛЕННАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ        | 120            | 280                           | 12,90        | 13,10        | 25,60         |
| 321/2011                                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                          | 200/5          | 176                           | 7,70         | 13,50        | 10,10         |
| 406/2008                                       | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ  | 200            | 151                           | 0,70         | 0,10         | 37,00         |
| к/к/   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 60             | 108                           | 4,80         | 2,55         | 20,10         |
| к/к/   | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 50             | 144                           | 4,00         | 2,33         | 25,99         |
| 338/2011                                       | БАНАН СВЕЖИЙ  | 200            | 105                           | 3,00         | 1,00         | 42,00         |
| 695/1996                                       | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ   | 75             | 263                           | 6,20         | 10,05        | 20,05         |
| <b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 290-48 руб.</b> |   | <b>1 315</b>   | <b>1 541</b>                  | <b>50,74</b> | <b>54,73</b> | <b>210,00</b> |

Зам. директора



Зав. производством

Калькулятор



**МЕНЮ**  
01.03.2024

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

| Номер рецептуры                                | Наименование  | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|--|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>                        |   |                |                               |              |              |               |
| 40/241/2011                                    | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, СВИНИНА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ. | 100/20         | 250                           | 10,15        | 8,50         | 27,55         |
| 80/2008  | БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ   | 250/10/10      | 208                           | 11,20        | 12,26        | 19,60         |
| 260/2011                                       | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ   | 120            | 289                           | 12,10        | 12,69        | 10,64         |
| 331/2008                                       | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ   | 200            | 255                           | 7,30         | 6,40         | 41,70         |
| 375/2010                                       | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ  | 200            | 160                           | 0,50         | 0,10         | 38,10         |
| к/к/   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 60             | 108                           | 4,80         | 2,55         | 20,10         |
| 417/2011                                       | ГРЕБЕШОК (ШОКОЛАДНАЯ НАЧИНКА)   | 100            | 274                           | 6,44         | 5,83         | 49,70         |
| <b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 290-48 руб.</b> |   | <b>1 070</b>   | <b>1 544</b>                  | <b>52,49</b> | <b>48,33</b> | <b>207,39</b> |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор

