

МЕНЮ (Циклическое меню)

14/09/2023 : 10 д

| Наименование | выход | цена | Наименование | выход | цена |
|---|---------|-------|---|---------|--------|
| Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/2) =463ккал | 1шт | 73.19 | Компот из брусники 72ккал | 200гр | 14-77 |
| Икра кабачковая 27ккал | 35гр | 8-35 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 |
| Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал | 90гр | 33-76 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал | 30гр | 0-97 |
| Рис припущенный с кукурузой 156ккал | 150гр | 19-49 | Комплекс ОВЗ с 7-11 лет 1 смена (6/2) =878ккал | 1шт | 152.00 |
| Соус сметанный с томатом и луком 25ккал | 30гр | 4-00 | Икра кабачковая 27ккал | 35гр | 8-35 |
| Чай с лимоном 61ккал | 200/7гр | 6-24 | Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал | 90гр | 33-76 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 | Рис припущенный с кукурузой 156ккал | 150гр | 19-49 |
| Комплекс обед с 1-4 классы (6/2) =598ккал | 1шт | 90.28 | Соус сметанный с томатом и луком 25ккал | 30гр | 4-00 |
| Икра кабачковая 27ккал | 35гр | 8-35 | Чай с лимоном 61ккал | 200/7гр | 6-24 |
| Суп картофельный с вермишелью 72ккал | 200гр | 7-59 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 |
| Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал | 90гр | 33-76 | Суп картофельный с вермишелью 72ккал | 200гр | 7-59 |
| Рис припущенный с кукурузой 156ккал | 150гр | 19-49 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 |
| Соус сметанный с томатом и луком 25ккал | 30гр | 4-00 | Компот из брусники 72ккал | 200гр | 14-77 |
| Компот из брусники 72ккал | 200гр | 14-77 | Пирог с мясом и рисом 206ккал | 75гр | 27-40 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 | Свежие фрукты 1шт | 1шт | 27-70 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал | 30гр | 0-97 | Комплекс ОВЗ с 7-11 лет 2 смена (6/2) =865ккал | 1шт | 152.00 |
| Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/2) =467ккал | 1шт | 75.00 | Икра кабачковая 27ккал | 35гр | 8-35 |
| Икра кабачковая 31ккал | 40гр | 10-16 | Суп картофельный с вермишелью 72ккал | 200гр | 7-59 |
| Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал | 90гр | 33-76 | Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал | 90гр | 33-76 |
| Рис припущенный с кукурузой 156ккал | 150гр | 19-49 | Рис припущенный с кукурузой 156ккал | 150гр | 19-49 |
| Соус сметанный с томатом и луком 25ккал | 30гр | 4-00 | Соус сметанный с томатом и луком 25ккал | 30гр | 4-00 |
| Чай с лимоном 61ккал | 200/7гр | 6-24 | Компот из брусники 72ккал | 200гр | 14-77 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал | 30гр | 1-35 |
| Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/2) =621ккал | 1шт | 92.00 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал | 30гр | 0-97 |
| Икра кабачковая 23ккал | 30гр | 7-45 | Чай с лимоном 61ккал | 200/7гр | 6-24 |
| Суп картофельный с вермишелью 72ккал | 200гр | 7-59 | Пирог с мясом и рисом 206ккал | 75гр | 27-40 |
| Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал | 90гр | 33-76 | Свежие фрукты.. 1шт | 1шт | 28-08 |
| Рис припущенный с кукурузой. 190ккал | 180гр | 24-23 | Комплекс ОВЗ с 12 лет 1 смена (6/2) =946ккал | 1шт | 166.00 |
| Соус сметанный 18ккал | 30гр | 1-88 | Икра кабачковая 27ккал | 35гр | 8-35 |

| Наименование | выход | цена | Наименование | выход | цена |
|--|---------|--------|--------------|-------|------|
| Котлета рыбная (минтай, свинина) <i>143ккал</i> | 100гр | 37-52 | | | |
| Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i> | 180гр | 24-23 | | | |
| Соус сметанный с томатом и луком <i>25ккал</i> | 30гр | 4-00 | | | |
| Чай с лимоном <i>61ккал</i> | 200/7гр | 6-24 | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i> | 30гр | 1-35 | | | |
| Суп картофельный с вермишелью. <i>92ккал</i> | 250гр | 9-35 | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия. <i>65ккал</i> | 30гр | 1-35 | | | |
| Компот из брусники <i>72ккал</i> | 200гр | 14-77 | | | |
| Пирог с мясом и рисом <i>206ккал</i> | 75гр | 27-40 | | | |
| Свежие фрукты" | 1шт | 31-44 | | | |
| Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/2) <i>=895ккал</i> | 1шт | 166.00 | | | |
| Икра кабачковая <i>27ккал</i> | 35гр | 8-35 | | | |
| Суп картофельный с вермишелью. <i>92ккал</i> | 250гр | 9-35 | | | |
| Котлета рыбная (минтай, свинина) <i>143ккал</i> | 100гр | 37-52 | | | |
| Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i> | 180гр | 24-23 | | | |
| Соус сметанный с томатом и луком <i>25ккал</i> | 30гр | 4-00 | | | |
| Компот из брусники <i>72ккал</i> | 200гр | 14-77 | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i> | 30гр | 1-35 | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия <i>52ккал</i> | 30гр | 0-97 | | | |
| Чай с лимоном <i>61ккал</i> | 200/7гр | 6-24 | | | |
| Пирог с мясом и рисом <i>206ккал</i> | 75гр | 27-40 | | | |
| Свежие фрукты* | 1шт | 31-82 | | | |

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Цикличное меню)

14/09/2023 : 10 д

| Наименование | | |
|--|---------|-------|
| | выход | цена |
| ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА | | |
| Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом [72ккал, белки:1.3, жирь:4.3, углеводы:7.6, Са:35.6, Mg:11.0, P:22.9, С:30.5] | 100гр | 10-10 |
| Салат из курицы с овощами [154ккал, белки:6.9, жирь:9.3, углеводы:4.1, Са:11.1, Mg:7.9, P:32.5, А:19.8, С:4.8] | 100гр | 35-35 |
| Салат из свеклы с зеленым горошком и яблоком [145ккал, белки:1.1, жирь:12.9, углеводы:6.3, Са:21.3, Mg:12.8, P:27.3, С:6.8] | 100гр | 17-28 |
| Горбуша тушеная в томате с овощами [97ккал, белки:8.2, жирь:5.5, углеводы:3.5, Са:12.2, Mg:18.4, P:86.3, А:11.0, С:2.4] | 50/50гр | 39-53 |
| Шницель мясной [172ккал, белки:5.7, жирь:13.3, углеводы:7.6, Са:6.4, Mg:9.1, P:61.9] | 80гр | 35-29 |
| Жар - птица из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жирь:5.5, углеводы:1.2, Са:72.8, Mg:8.5, P:49.0, А:19.6] | 70гр | 41-72 |
| Поджарка из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жирь:4.3, углеводы:1.4, Са:3.8, Mg:2.1, P:7.0, С:1.6] | 65гр | 29-22 |
| Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" [208ккал, белки:6.6, жирь:7.0, углеводы:30.0, Са:120.0, Mg:56.0, P:189.4, А:15.8] | 200/5гр | 16-96 |
| Капуста тушеная [70ккал, белки:2.2, жирь:2.8, углеводы:9.3, Са:52.8, Mg:18.0, P:36.6, С:46.8] | 150гр | 16-09 |
| Пюре картофельное [112ккал, белки:2.5, жирь:3.7, углеводы:16.6, Са:34.7, Mg:24.1, P:73.1, А:15.8, С:18.8] | 150гр | 16-14 |
| Чай с сахаром [55ккал, углеводы:13.9] | 200гр | 3-17 |
| Пирог с луком и яйцом [155ккал, белки:3.4, жирь:6.4, углеводы:20.9, Са:24.2, Mg:9.0, P:54.0, А:14.8, С:2.4] | 75гр | 12-74 |
| Птица "Малышка" куриная [177ккал, белки:6.8, жирь:7.2, углеводы:17.8, Са:68.5, Mg:11.3, P:69.6, А:17.4, С:2.3] | 90гр | 32-34 |
| Булочка с маком [250ккал, белки:5.5, жирь:9.8, углеводы:34.8, Са:83.5, Mg:24.0, P:92.9, А:13.6] | 75гр | 13-77 |
| Булочка с повидлом [243ккал, белки:3.8, жирь:8.1, углеводы:39.1, Са:21.1, Mg:7.9, P:47.2, А:9.4] | 75гр | 14-19 |
| Кекс "Творожный" [205ккал, белки:4.8, жирь:8.9, углеводы:26.7, Са:22.3, Mg:5.3, P:50.6, А:19.7, Е:2.6] | 75гр | 20-62 |
| Угольник с клубникой [189ккал, белки:3.5, жирь:5.9, углеводы:30.7, Са:23.8, Mg:9.0, P:46.6, А:9.5, С:5.8] | 75гр | 16-72 |
| Желе молочно-шоколадное [208ккал, белки:9.6, жирь:4.1, углеводы:33.0, Са:207.9, Mg:44.5, P:173.8] | 200гр | 39-83 |

Директор _____

Заведующий производством _____