

МЕНЮ (Циклическое меню)

21/09/2023 : 4 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1) =460ккал	1шт	73.19	Рис припущенный с кукурузой. 190ккал	180гр	23-67
Помидор свежий 7ккал	30гр	7-11	Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11
Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	35-86	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02
Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1) =930ккал	1шт	152.00
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Помидор свежий 7ккал	30гр	7-11
Комплекс обед с 1-4 классы (6/1) =591ккал	1шт	90.28	Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	35-86
Помидор свежий 8ккал	35гр	9-57	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49
Суп из овощей 57ккал	200гр	8-57	Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11
Сметана 17ккал	10гр	2-35	Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23
Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	35-86	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49	Суп из овощей 57ккал	200гр	8-57
Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11	Сметана 17ккал	10гр	2-35
Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-35
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02	Пирог с мясом и капустой 266ккал	75гр	21-20
Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1) =464ккал	1шт	75.00	Свежие фрукты.	1шт	36-42
Помидор свежий 8ккал	35гр	9-57	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1) =918ккал	1шт	152.00
Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	35-86	Помидор свежий 8ккал	35гр	9-57
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49	Суп из овощей 57ккал	200гр	8-57
Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-46	Сметана 17ккал	10гр	2-35
Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23	Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	35-86
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49
Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1) =624ккал	1шт	92.00	Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11
Помидор свежий 7ккал	30гр	7-11	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Суп из овощей 57ккал	200гр	8-57	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Сметана 17ккал	10гр	2-35	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02
Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	35-86	Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Пирог с мясом и капустой <i>266ккал</i>	75гр	21-20			
Свежие фрукты..	1шт	34-29			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 1 смена (6/1) <i>=988ккал</i>	1шт	166.00			
Помидор свежий <i>9ккал</i>	40гр	10-45			
Котлета рыбная (горбуша), <i>157ккал</i>	100гр	39-20			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	23-67			
Соус сметанный с томатом <i>20ккал</i>	30гр	3-11			
Чай с лимоном <i>61ккал</i>	200/7гр	6-23			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i>	30гр	1-39			
Суп из овощей. <i>73ккал</i>	250гр	10-44			
Сметана <i>17ккал</i>	10гр	2-35			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i>	30гр	1-35			
Компот "Ассорти" с вишней и яблоком <i>65ккал</i>	200гр	8-92			
Пирог с мясом и капустой <i>266ккал</i>	75гр	21-20			
Свежие фрукты~	1шт	37-69			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1) <i>=1137ккал</i>	1шт	166.00			
Помидор свежий <i>9ккал</i>	40гр	10-45			
Суп из овощей. <i>73ккал</i>	250гр	10-44			
Сметана <i>17ккал</i>	10гр	2-35			
Котлета рыбная (горбуша), <i>157ккал</i>	100гр	39-20			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	23-67			
Соус сметанный с томатом <i>20ккал</i>	30гр	3-11			
Компот "Ассорти" с вишней и яблоком <i>65ккал</i>	200гр	8-92			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i>	30гр	1-39			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия <i>52ккал</i>	30гр	1-02			
Чай с лимоном <i>61ккал</i>	200/7гр	6-23			
Пирог с мясом и капустой <i>266ккал</i>	75гр	21-20			
Свежие фрукты ,	1шт	38-02			

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

21/09/2023 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА		
Салат из белокочанной капусты с брусникой [73ккал, белки:1.2, жиры:4.3, углеводы:7.9, Са:34.6, Mg:11.8, P:22.8, С:27.8]	100гр	13-44
Салат из фасоли с овощами [59ккал, белки:2.4, жиры:2.8, углеводы:6.4, Са:20.4, Mg:11.9, P:26.3, С:4.2]	85/15гр	28-28
Салат "Изобилие" [155ккал, белки:8.3, жиры:8.3, углеводы:2.2, Са:9.3, Mg:8.4, P:18.4, С:6.1]	100гр	37-74
Минтай запечённый в сметанном соусе [58ккал, белки:0.6, жиры:4.9, углеводы:3.0, Са:6.0, P:6.6, А:5.7]	50/30гр	25-79
Тефтели мясные с соусом [131ккал, белки:6.0, жиры:7.2, углеводы:10.7, Са:10.1, Mg:14.0, P:72.7, А:1.2, С:2.9]	60/30гр	35-36
Поджарка из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жиры:4.3, углеводы:1.4, Са:3.8, Mg:2.1, P:7.0, С:1.6]	65гр	28-84
Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной [141ккал, белки:9.1, жиры:6.8, углеводы:1.8, Са:41.4, Mg:2.2, P:32.0, А:22.1]	75гр	38-98
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" [208ккал, белки:6.6, жиры: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, жиры: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, жиры: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	3-16
Пирог с рисом и яйцом [188ккал, белки:4.0, жиры:7.7, углеводы:25.6, Са:24.7, Mg:10.0, P:60.1, А:17.7, С:1.5]	75гр	12-15
Пицца "Малышка" куриная [177ккал, белки:6.8, жиры:7.2, углеводы:17.8, Са:68.5, Mg:11.3, P:69.6, А:17.4, С:2.3]	90гр	32-11
Булочка с маком [250ккал, белки:5.5, жиры:9.8, углеводы:34.8, Са:83.5, Mg:24.0, P:92.9, А:13.6]	75гр	13-97
Булочка с повидлом [243ккал, белки:3.8, жиры:8.1, углеводы:39.1, Са:21.1, Mg:7.9, P:47.2, А:9.4]	75гр	14-06
Угольник с клубникой [189ккал, белки:3.5, жиры:5.9, углеводы:30.7, Са:23.8, Mg:9.0, P:46.6, А:9.5, С:5.8]	75гр	16-60
Кекс "Творожный" [205ккал, белки:4.8, жиры:8.9, углеводы:26.7, Са:22.3, Mg:5.3, P:50.6, А:19.7, Е:2.6]	75гр	20-65
Желе вишневое [127ккал, белки:4.5, жиры:0.1, углеводы:27.1, Са:42.3, Mg:8.3, P:20.7, С:2.5]	200гр	28-59

Директор _____

Заведующий производством _____