

МЕНЮ (Циклическое меню)

28/09/2023 : 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	14-70
Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-28	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	33-79	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/2) =827ккал	1шт	152.00
Соус сметанный с томатом и луком 25ккал	30гр	4-01	Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-28
Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23	Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	33-79
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	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	4-01
Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-28	Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23
Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-60	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	33-79	Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-60
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	4-01	Компот из брусники 72ккал	200гр	14-70
Компот из брусники 72ккал	200гр	14-70	Пирог с луком и яйцом 155ккал	75гр	12-80
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Свежие фрукты 1шт	42-36	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/2) =814ккал	1шт	152.00
Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/2) =467ккал	1шт	75.00	Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-28
Икра кабачковая 31ккал	40гр	10-09	Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-60
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	33-79	Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	33-79
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-49
Соус сметанный с томатом и луком 25ккал	30гр	4-01	Соус сметанный с томатом и луком 25ккал	30гр	4-01
Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23	Компот из брусники 72ккал	200гр	14-70
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/2) =621ккал	1шт	92.00	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02
Икра кабачковая 23ккал	30гр	7-45	Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23
Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-60	Пирог с луком и яйцом 155ккал	75гр	12-80
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	33-79	Свежие фрукты.. 1шт	42-69	
Рис припущенный с кукурузой. 190ккал	180гр	24-17	Комплекс ОБЗ с 12 лет 1 смена (6/2) =895ккал	1шт	166.00
Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88	Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-28

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Котлета рыбная (минтай, свинина) <i>143ккал</i>	100гр	37-53			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	24-17			
Соус сметанный с томатом и луком <i>25ккал</i>	30гр	4-01			
Чай с лимоном <i>61ккал</i>	200/7гр	6-23			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i>	30гр	1-39			
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	14-70			
Пирог с луком и яйцом <i>155ккал</i>	75гр	12-80			
Свежие фрукты"	1шт	46-19			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/2) <i>=895ккал</i>	1шт	166.00			
Икра кабачковая <i>27ккал</i>	35гр	8-28			
Суп картофельный с вермишелью. <i>92ккал</i>	250гр	9-35			
Котлета рыбная (минтай, свинина) <i>143ккал</i>	100гр	37-53			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	24-17			
Соус сметанный с томатом и луком <i>25ккал</i>	30гр	4-01			
Компот из брусники <i>72ккал</i>	200гр	14-70			
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 луком и яйцом <i>155ккал</i>	75гр	12-80			
Свежие фрукты*	1шт	46-52			

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

28/09/2023 : 10 д

Наименование		
	выход	цена
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА		
Салат из белокачанной капусты со свежим огурцом [72ккал, белки:1.3, жиры:4.3, углеводы:7.6, Са:35.6, Mg:11.0, P:22.9, С:30.5]	100гр	10-09
Салат из курицы с овощами [154ккал, белки:6.9, жиры:9.3, углеводы:4.1, Са:11.1, Mg:7.9, P:32.5, А:19.8, С:4.8]	100гр	35-14
Салат из свеклы с зеленым горошком и яблоком [145ккал, белки:1.1, жиры: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, жиры: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, жиры:13.3, углеводы:7.6, Са:6.4, Mg:9.1, P:61.9]	80гр	35-30
Жар - птица из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жиры:5.5, углеводы:1.2, Са:72.8, Mg:8.5, P:49.0, А:19.6]	70гр	41-39
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
Каша молочная пшеничная [218ккал, белки:6.7, жиры:6.0, углеводы:34.1, Са:109.8, Mg:43.0, P:162.8, А:15.4]	200/5гр	19-54
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 мясом и рисом [206ккал, белки:6.7, жиры:9.2, углеводы:24.1, Са:20.3, Mg:11.3, P:78.2, Fe:1.0, А:8.8]	75гр	27-46
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	14-55
Булочка со сгущенным молоком [201ккал, белки:3.5, жиры:7.6, углеводы:29.7, Са:18.4, Mg:6.7, P:43.7, А:8.9]	75гр	19-34
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	20-72
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	16-64
Желе молочно-шоколадное [208ккал, белки:9.6, жиры:4.1, углеводы:33.0, Са:207.9, Mg:44.5, P:173.8]	200гр	40-56

Директор _____

Заведующий производством _____