

МЕНЮ (Циклическое меню)

05/10/2023 : 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	23-72
Помидор свежий 7ккал	30гр	9-18	Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11
Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	33-77	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51	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) =852ккал	1шт	152.00
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Помидор свежий 7ккал	30гр	9-18
Комплекс обед с 1-4 классы (6/1) =591ккал	1шт	90.28	Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	33-77
Помидор свежий 8ккал	35гр	11-67	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51
Суп из овощей 57ккал	200гр	8-54	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	33-77	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51	Суп из овощей 57ккал	200гр	8-54
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 рисом и яйцом 188ккал	75гр	14-55
Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1) =464ккал	1шт	75.00	Свежие фрукты.	1шт	43-10
Помидор свежий 8ккал	35гр	11-67	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1) =840ккал	1шт	152.00
Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	33-77	Помидор свежий 8ккал	35гр	11-67
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51	Суп из овощей 57ккал	200гр	8-54
Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-43	Сметана 17ккал	10гр	2-35
Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23	Котлета рыбная (горбуша).. 151ккал	90гр	33-77
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51
Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1) =624ккал	1шт	92.00	Соус сметанный с томатом 20ккал	30гр	3-11
Помидор свежий 7ккал	30гр	9-18	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Суп из овощей 57ккал	200гр	8-54	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	33-77	Чай с лимоном 61ккал	200/7гр	6-23

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Пирог с рисом и яйцом <i>188ккал</i>	75гр	14-55			
Свежие фрукты..	1шт	40-94			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 1 смена (6/1) <i>=910ккал</i>	1шт	166.00			
Помидор свежий <i>9ккал</i>	40гр	13-06			
Котлета рыбная (горбуша), <i>157ккал</i>	100гр	36-83			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	23-72			
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	10-39			
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 рисом и яйцом <i>188ккал</i>	75гр	14-55			
Свежие фрукты~	1шт	44-10			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1) <i>=1137ккал</i>	1шт	166.00			
Помидор свежий <i>9ккал</i>	40гр	13-06			
Суп из овощей. <i>73ккал</i>	250гр	10-39			
Сметана <i>17ккал</i>	10гр	2-35			
Котлета рыбная (горбуша), <i>157ккал</i>	100гр	36-83			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	23-72			
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 рисом и яйцом <i>188ккал</i>	75гр	14-55			
Свежие фрукты ,	1шт	44-43			

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

05/10/2023 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА		
Салат из белокачанной капусты с брусникой [73ккал, белки:1.2, жирь:4.3, углеводы:7.9, Ca:34.6, Mg:11.8, P:22.8, C:27.8]	100гр	14-04
Салат "Изобилие" [155ккал, белки:8.3, жирь:8.3, углеводы:2.2, Ca:9.3, Mg:8.4, P:18.4, C:6.1]	100гр	39-82
Салат из фасоли с овощами [59ккал, белки:2.4, жирь:2.8, углеводы:6.4, Ca:20.4, Mg:11.9, P:26.3, C:4.2]	85/15гр	28-31
Минтай запечённый в сметанном соусе [58ккал, белки:0.6, жирь:4.9, углеводы:3.0, Ca:6.0, P:6.6, A:5.7]	50/30гр	27-11
Тефтели мясные с соусом [131ккал, белки:6.0, жирь:7.2, углеводы:10.7, Ca:10.1, Mg:14.0, P:72.7, A:1.2, C:2.9]	60/30гр	36-26
Поджарка из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жирь:4.3, углеводы:1.4, Ca:3.8, Mg:2.1, P:7.0, C:1.6]	65гр	29-34
Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной [141ккал, белки:9.1, жирь:6.8, углеводы:1.8, Ca:41.4, Mg:2.2, P:32.0, A:22.1]	75гр	40-27
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" [208ккал, белки:6.6, жирь:7.0, углеводы:30.0, Ca:120.0, Mg:56.0, P:189.4, A:15.8]	200/5гр	16-96
Капуста тушеная [70ккал, белки:2.2, жирь:2.8, углеводы:9.3, Ca:52.8, Mg:18.0, P:36.6, C:46.8]	150гр	15-74
Пюре картофельное [112ккал, белки:2.5, жирь:3.7, углеводы:16.6, Ca:34.7, Mg:24.1, P:73.1, A:15.8, C:18.8]	150гр	15-97
Чай с сахаром [55ккал, углеводы:13.9]	200гр	3-16
Пицца "Малышка" куриная [177ккал, белки:6.8, жирь:7.2, углеводы:17.8, Ca:68.5, Mg:11.3, P:69.6, A:17.4, C:2.3]	90гр	33-68
Пирог с мясом и капустой [266ккал, белки:5.6, жирь:9.4, углеводы:39.5, Ca:30.3, Mg:10.9, P:71.6, A:15.3]	75гр	22-39
Кекс "Творожный" [205ккал, белки:4.8, жирь:8.9, углеводы:26.7, Ca:22.3, Mg:5.3, P:50.6, A:19.7, E:2.6]	75гр	23-19
Булочка с повидлом [243ккал, белки:3.8, жирь:8.1, углеводы:39.1, Ca:21.1, Mg:7.9, P:47.2, A:9.4]	75гр	15-12
Булочка с маком [250ккал, белки:5.5, жирь:9.8, углеводы:34.8, Ca:83.5, Mg:24.0, P:92.9, A:13.6]	75гр	15-92
Угольник с клубникой [189ккал, белки:3.5, жирь:5.9, углеводы:30.7, Ca:23.8, Mg:9.0, P:46.6, A:9.5, C:5.8]	75гр	17-64
Желе вишневое [127ккал, белки:4.5, жирь:0.1, углеводы:27.1, Ca:42.3, Mg:8.3, P:20.7, C:2.5]	200гр	28-59

Директор _____

Заведующий производством _____