

МЕНЮ (Циклическое меню)

12/10/2023 : 10 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/2) =459ккал	1шт	73.19	Компот из черной смородины 72ккал	200гр	13-39
Икра кабачковая 31ккал	40гр	10-46	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	36-36	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/2) =823ккал	1шт	152.00
Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-31	Икра кабачковая 31ккал	40гр	10-46
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16	Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	36-36
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51
Комплекс обед с 1-4 классы (6/2) =596ккал	1шт	90.28	Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-31
Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-74	Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16
Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-56	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	36-36	Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-56
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-35
Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-31	Компот из черной смородины 72ккал	200гр	13-39
Компот из черной смородины 72ккал	200гр	13-39	Пирог с луком и яйцом 155ккал	75гр	15-61
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 65ккал	30гр	1-39	Свежие фрукты 1шт	40-90	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/2) =806ккал	1шт	152.00
Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/2) =467ккал	1шт	75.00	Икра кабачковая 27ккал	35гр	8-74
Икра кабачковая 39ккал	50гр	12-27	Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-56
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	36-36	Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	36-36
Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51	Рис припущенный с кукурузой 156ккал	150гр	19-51
Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-31	Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-31
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16	Компот из черной смородины 72ккал	200гр	13-39
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) =622ккал	1шт	92.00	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 52ккал	30гр	1-02
Икра кабачковая 19ккал	25гр	5-64	Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16
Суп картофельный с вермишелью 72ккал	200гр	7-56	Пирог с луком и яйцом 155ккал	75гр	15-61
Котлета рыбная (минтай, свинина). 129ккал	90гр	36-36	Свежие фрукты 1шт	42-95	
Рис припущенный с кукурузой. 190ккал	180гр	24-33	Комплекс ОБЗ с 12 лет 1 смена (6/2) =891ккал	1шт	166.00
Соус сметанный с луком 23ккал	30гр	2-31	Икра кабачковая 31ккал	40гр	10-46

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Котлета рыбная (минтай, свинина) <i>143ккал</i>	100гр	40-39			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	24-33			
Соус сметанный с луком <i>23ккал</i>	30гр	2-31			
Чай с сахаром <i>55ккал</i>	200гр	3-16			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>65ккал</i>	30гр	1-39			
Суп картофельный с вермишелью. <i>92ккал</i>	250гр	9-31			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия. <i>65ккал</i>	30гр	1-35			
Компот из черной смородины <i>72ккал</i>	200гр	13-39			
Пирог с луком и яйцом <i>155ккал</i>	75гр	15-61			
Свежие фрукты"	1шт	44-30			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/2) <i>=895ккал</i>	1шт	166.00			
Икра кабачковая <i>27ккал</i>	35гр	8-74			
Суп картофельный с вермишелью. <i>92ккал</i>	250гр	9-31			
Котлета рыбная (минтай, свинина) <i>143ккал</i>	100гр	40-39			
Рис припущенный с кукурузой. <i>190ккал</i>	180гр	24-33			
Соус сметанный с луком <i>23ккал</i>	30гр	2-31			
Компот из черной смородины <i>72ккал</i>	200гр	13-39			
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 сахаром <i>55ккал</i>	200гр	3-16			
Пирог с луком и яйцом <i>155ккал</i>	75гр	15-61			
Свежие фрукты*	1шт	46-35			

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

12/10/2023 : 10 д

Наименование		
	выход	цена
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА		
Салат из белокачанной капусты со свежим огурцом [72ккал, белки:1.3, жирь:4.3, углеводь:7.6, Са:35.6, Mg:11.0, P:22.9, C:30.5]	100гр	10-37
Салат из моркови [106ккал, белки:1.0, жирь:8.1, углеводь:7.2, Са:20.6, Mg:22.5, P:37.3, C:5.8]	100гр	11-64
Салат из свеклы с зеленым горошком и яблоком [145ккал, белки:1.1, жирь:12.9, углеводь:6.3, Са:21.3, Mg:12.8, P:27.3, C:6.8]	100гр	16-45
Горбуша тушеная в томате с овощами [97ккал, белки:8.2, жирь:5.5, углеводь:3.5, Са:12.2, Mg:18.4, P:86.3, A:11.0, C:2.4]	50/50гр	37-20
Шницель мясной [172ккал, белки:5.7, жирь:13.3, углеводь:7.6, Са:6.4, Mg:9.1, P:61.9]	80гр	35-51
Жар - птица из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жирь:5.5, углеводь:1.2, Са:72.8, Mg:8.5, P:49.0, A:19.6]	70гр	40-90
Поджарка из куриного филе [104ккал, белки:6.6, жирь:4.3, углеводь:1.4, Са:3.8, Mg:2.1, P:7.0, C:1.6]	65гр	29-34
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" [208ккал, белки:6.6, жирь:7.0, углеводь:30.0, Са:120.0, Mg:56.0, P:189.4, A:15.8]	200/5гр	16-96
Капуста тушеная [70ккал, белки:2.2, жирь:2.8, углеводь:9.3, Са:52.8, Mg:18.0, P:36.6, C:46.8]	150гр	15-74
Пюре картофельное [112ккал, белки:2.5, жирь:3.7, углеводь:16.6, Са:34.7, Mg:24.1, P:73.1, A:15.8, C:18.8]	150гр	15-97
Пирог с мясом и рисом [206ккал, белки:6.7, жирь:9.2, углеводь:24.1, Са:20.3, Mg:11.3, P:78.2, Fe:1.0, A:8.8]	75гр	28-74
Пицца "Малышка" куриная [177ккал, белки:6.8, жирь:7.2, углеводь:17.8, Са:68.5, Mg:11.3, P:69.6, A:17.4, C:2.3]	90гр	33-68
Булочка с маком [250ккал, белки:5.5, жирь:9.8, углеводь:34.8, Са:83.5, Mg:24.0, P:92.9, A:13.6]	75гр	15-92
Булочка со сгущенным молоком [201ккал, белки:3.5, жирь:7.6, углеводь:29.7, Са:18.4, Mg:6.7, P:43.7, A:8.9]	75гр	20-96
Кекс "Творожный" [205ккал, белки:4.8, жирь:8.9, углеводь:26.7, Са:22.3, Mg:5.3, P:50.6, A:19.7, E:2.6]	75гр	23-19
Угольник с клубникой [189ккал, белки:3.5, жирь:5.9, углеводь:30.7, Са:23.8, Mg:9.0, P:46.6, A:9.5, C:5.8]	75гр	17-64
Желе молочно-шоколадное [208ккал, белки:9.6, жирь:4.1, углеводь:33.0, Са:207.9, Mg:44.5, P:173.8]	200гр	40-56

Директор _____

Заведующий производством _____