

МЕНЮ (Циклическое меню)

19/10/2023 : 4 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1) =502ккал	1шт	73.19	Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	24-34
Помидор свежий 8ккал	35гр	11-29	Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88
Котлета рыбная из горбуши. 151ккал	90гр	35-96	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-51	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-39
Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-02
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1) =909ккал	1шт	152.00
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-39	Помидор свежий 8ккал	35гр	11-29
Комплекс обед с 1-4 класс =655ккал	1шт	90.28	Котлета рыбная из горбуши. 151ккал	90гр	35-96
Помидор свежий 7ккал	30гр	10-57	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-51
Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68	Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88
Сметана 20ккал	10гр	2-35	Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16
Котлета рыбная из горбуши. 151ккал	90гр	35-96	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-39
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-51	Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68
Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88	Сметана 20ккал	10гр	2-35
Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-35
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-39	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-02	Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-54
Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1) =503ккал	1шт	75.00	Свежие фрукты.	1шт	42-97
Помидор свежий 9ккал	40гр	13-10	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1) =893ккал	1шт	152.00
Котлета рыбная из горбуши. 151ккал	90гр	35-96	Помидор свежий 7ккал	30гр	10-57
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-51	Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68
Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88	Сметана 20ккал	10гр	2-35
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16	Котлета рыбная из горбуши. 151ккал	90гр	35-96
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-39	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-51
Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1) =697ккал	1шт	92.00	Соус сметанный 18ккал	30гр	1-88
Помидор свежий 6ккал	25гр	7-46	Компот "Ассорти" с вишней и яблоком 65ккал	200гр	8-92
Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-39
Сметана 20ккал	10гр	2-35	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-02
Котлета рыбная из горбуши. 151ккал	90гр	35-96	Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-16

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Пирог с рисом и яйцом <i>183ккал</i>	75гр	14-54			
Свежие фрукты..	1шт	44-02			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 1 смена (6/1) <i>=977ккал</i>	1шт	166.00			
Помидор свежий <i>8ккал</i>	35гр	11-29			
Котлета рыбная из горбуши <i>157ккал</i>	100гр	39-27			
Рис припущенный с кукурузой. <i>240ккал</i>	180гр	24-34			
Соус сметанный <i>18ккал</i>	30гр	1-88			
Чай с сахаром <i>55ккал</i>	200гр	3-16			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>73ккал</i>	30гр	1-39			
Суп из овощей. <i>85ккал</i>	250гр	10-57			
Сметана <i>20ккал</i>	10гр	2-35			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>73ккал</i>	30гр	1-35			
Компот "Ассорти" с вишней и яблоком <i>65ккал</i>	200гр	8-92			
Пирог с рисом и яйцом <i>183ккал</i>	75гр	14-54			
Свежие фрукты~	1шт	46-94			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1) <i>=1137ккал</i>	1шт	166.00			
Помидор свежий <i>7ккал</i>	30гр	10-57			
Суп из овощей. <i>85ккал</i>	250гр	10-57			
Сметана <i>20ккал</i>	10гр	2-35			
Котлета рыбная из горбуши <i>157ккал</i>	100гр	39-27			
Рис припущенный с кукурузой. <i>240ккал</i>	180гр	24-34			
Соус сметанный <i>18ккал</i>	30гр	1-88			
Компот "Ассорти" с вишней и яблоком <i>65ккал</i>	200гр	8-92			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>73ккал</i>	30гр	1-39			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия <i>58ккал</i>	30гр	1-02			
Чай с сахаром <i>55ккал</i>	200гр	3-16			
Пирог с рисом и яйцом <i>183ккал</i>	75гр	14-54			
Свежие фрукты ,	1шт	47-99			

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

19/10/2023 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА		
Салат из фасоли с овощами <i>[59ккал, белки:2.4, жирь:2.8, углеводь:6.4, Са:20.4, Mg:11.9, P:26.3, C:4.2]</i>	85/15гр	28-74
Салат из морской капусты с яйцом <i>[176ккал, белки:2.8, жирь:16.6, углеводь:4.3, Са:9.4, Mg:1.7, P:32.6, A:42.9]</i>	100гр	42-09
Салат из белокочанной капусты с брусникой <i>[73ккал, белки:1.2, жирь:4.3, углеводь:7.9, Са:34.6, Mg:11.8, P:22.8, C:27.8]</i>	100гр	14-20
Минтай запечённый в сметанном соусе <i>[58ккал, белки:0.6, жирь:4.9, углеводь:3.0, Са:6.0, P:6.6, A:5.7]</i>	50/30гр	27-11
Тефтели из говядины с соусом <i>[131ккал, белки:6.0, жирь:7.2, углеводь:10.7, Са:10.1, Mg:14.0, P:72.7, A:1.2, C:2.9]</i>	60/30гр	36-30
Поджарка из куриного филе <i>[154ккал, белки:9.8, жирь:6.4, углеводь:2.1, Са:5.6, Mg:3.2, P:10.4, C:2.4]</i>	65гр	29-34
Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной <i>[210ккал, белки:13.5, жирь:10.0, углеводь:2.7, Са:61.6, Mg:3.3, P:47.7, A:32.9]</i>	75гр	40-27
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" <i>[251ккал, белки:7.9, жирь:8.4, углеводь:36.1, Са:144.3, Mg:67.4, P:227.8, A:19.0]</i>	200/5гр	16-96
Пюре картофельное <i>[141ккал, белки:3.1, жирь:4.6, углеводь:21.0, Са:43.8, Mg:30.5, P:92.4, Fe:1.0, A:20.0, C:23.8]</i>	150гр	15-97
Капуста тушеная <i>[88ккал, белки:2.7, жирь:3.6, углеводь:11.7, Са:66.8, Mg:22.8, P:46.3, C:59.2]</i>	150гр	15-79
Птица "Малышка" куриная <i>[196ккал, белки:8.4, жирь:7.6, углеводь:18.4, Са:70.7, Mg:11.7, P:71.8, A:17.9, C:2.4]</i>	90гр	33-68
Пирог с мясом и капустой <i>[177ккал, белки:5.1, жирь:7.7, углеводь:21.7, Са:23.1, Mg:10.0, P:62.0, A:8.1, C:4.7]</i>	75гр	22-39
Угольник с клубникой <i>[182ккал, белки:3.3, жирь:5.7, углеводь:29.5, Са:22.9, Mg:8.7, P:44.8, A:9.2, C:5.6]</i>	75гр	17-64
Кекс "Творожный" <i>[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]</i>	75гр	23-19
Булочка с повидлом <i>[243ккал, белки:3.8, жирь:8.1, углеводь:39.1, Са:21.1, Mg:7.9, P:47.2, A:9.4]</i>	75гр	15-12
Булочка с маком <i>[250ккал, белки:5.5, жирь:9.8, углеводь:34.8, Са:83.5, Mg:24.0, P:92.9, A:13.6]</i>	75гр	15-92
Желе вишневое <i>[127ккал, белки:4.5, жирь:0.1, углеводь:27.1, Са:42.3, Mg:8.3, P:20.7, C:2.5]</i>	200гр	28-59

Директор _____

Заведующий производством _____