

## МЕНЮ (Циклическое меню )

09/11/2023 : 4 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
<b>Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1)</b> =599ккал	1шт	73.19	Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	24-92
Икра кабачковая 19ккал	25гр	7-58	Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	34-52	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-97	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-13
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-67	<b>Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1)</b> =1055ккал	1шт	152.00
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Икра кабачковая 19ккал	25гр	7-58
<b>Комплекс обед с 1-4 классы (6/1)</b> =724ккал	1шт	90.28	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	34-52
Икра кабачковая 19ккал	25гр	7-58	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-97
Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68	Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90
Сметана 20ккал	10гр	2-35	Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-67
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	34-52	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-97	Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68
Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90	Сметана 20ккал	10гр	2-35
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-13	Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-50
<b>Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1)</b> =607ккал	1шт	75.00	Свежие фрукты. 47ккал	1шт	39-13
Икра кабачковая 27ккал	35гр	9-39	<b>Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1)</b> =1040ккал	1шт	152.00
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	34-52	Икра кабачковая 19ккал	25гр	7-58
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-97	Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68
Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90	Сметана 20ккал	10гр	2-35
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-67	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	34-52
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	19-97
<b>Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1)</b> =759ккал	1шт	92.00	Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90
Икра кабачковая 11ккал	15гр	4-35	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60
Суп из овощей 66ккал	200гр	8-68	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Сметана 20ккал	10гр	2-35	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-13
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	34-52	Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-67

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-50			
Свежие фрукты.. 47ккал	1шт	39-55			
<b>Комплекс ОВЗ с 12 лет 1 смена (6/1)</b> =1124ккал	1шт	166.00			
Икра кабачковая 19ккал	25гр	7-58			
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	37-68			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	24-92			
Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90			
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-67			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Суп из овощей. 85ккал	250гр	10-37			
Сметана 20ккал	10гр	2-35			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия. 73ккал	30гр	1-55			
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60			
Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-50			
Свежие фрукты~ 47ккал	1шт	43-33			
<b>Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1)</b> =1137ккал	1шт	166.00			
Икра кабачковая 19ккал	25гр	7-58			
Суп из овощей. 85ккал	250гр	10-37			
Сметана 20ккал	10гр	2-35			
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	37-68			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	24-92			
Соус сметанный 23ккал	30гр	1-90			
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-13			
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-67			
Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-50			
Свежие фрукты, 47ккал	1шт	43-75			

Директор

Заведующий производством

## МЕНЮ (Циклическое меню)

09/11/2023 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА</b>		
<b>Салат из белокачанной капусты с брусникой</b> [85ккал, белки:1.5, жирь:5.0, углеводь:9.2, Са:40.3, Mg:13.8, P:26.5, С:32.4]	100гр	14-29
<b>Салат из морской капусты с яйцом</b> [205ккал, белки:3.2, жирь:19.3, углеводь:5.0, Са:11.0, Mg:2.0, P:38.0, А:50.0]	100гр	42-09
<b>Салат из фасоли с овощами</b> [69ккал, белки:2.8, жирь:3.2, углеводь:7.5, Са:23.8, Mg:13.9, P:30.7, Fe:1.0, С:5.0]	85/15гр	27-99
<b>Минтай запечённый в сметанном соусе</b> [136ккал, белки:9.8, жирь:7.1, углеводь:3.9, Са:30.0, Mg:32.1, P:144.8, А:12.5]	50/30гр	28-00
<b>Тефтели мясные с соусом</b> [286ккал, белки:10.7, жирь:18.0, углеводь:20.3, Са:18.6, Mg:25.6, P:136.6, А:1.5, С:4.7]	90/30гр	47-42
<b>Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной</b> [179ккал, белки:11.8, жирь:13.8, углеводь:2.7, Са:61.6, Mg:3.3, P:47.7, А:32.9]	75гр	44-93
<b>Поджарка из куриного филе</b> [127ккал, белки:8.4, жирь:9.6, углеводь:2.1, Са:5.6, Mg:3.2, P:10.4, С:2.4]	65гр	33-15
<b>Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"</b> [251ккал, белки:7.9, жирь:8.4, углеводь:36.1, Са:144.3, Mg:67.4, P:227.8, А:19.0]	200/5гр	16-96
<b>Капуста тушеная</b> [88ккал, белки:2.7, жирь:3.6, углеводь:11.7, Са:66.8, Mg:22.8, P:46.3, С:59.2]	150гр	15-66
<b>Пюре картофельное</b> [141ккал, белки:3.1, жирь:4.6, углеводь:21.0, Са:43.8, Mg:30.5, P:92.4, Fe:1.0, А:20.0, С:23.8]	150гр	16-34
<b>Чай с сахаром</b> [55ккал, углеводь:13.9]	200гр	3-17
<b>Пирог с мясом и капустой</b> [177ккал, белки:5.1, жирь:7.7, углеводь:21.7, Са:23.1, Mg:10.0, P:62.0, А:8.1, С:4.7]	75гр	23-23
<b>Пицца "Малышка" куриная</b> [196ккал, белки:8.4, жирь:7.6, углеводь:18.4, Са:70.7, Mg:11.7, P:71.8, А:17.9, С:2.4]	90гр	38-57
<b>Булочка с маком</b> [228ккал, белки:5.0, жирь:9.0, углеводь:31.8, Са:76.3, Mg:21.9, P:84.9, А:12.4]	75гр	16-28
<b>Булочка с повидлом</b> [234ккал, белки:3.6, жирь:7.8, углеводь:37.7, Са:20.3, Mg:7.7, P:45.6, А:9.1]	75гр	15-42
<b>Кекс "Творожный"</b> [228ккал, белки:5.3, жирь:9.9, углеводь:29.8, Са:24.9, Mg:5.9, P:56.4, А:22.0, Е:2.9]	75гр	23-42
<b>Угольник с клубникой</b> [182ккал, белки:3.3, жирь:5.7, углеводь:29.5, Са:22.9, Mg:8.7, P:44.8, А:9.2, С:5.6]	75гр	17-88
<b>Желе вишневое</b> [127ккал, белки:4.5, жирь:0.1, углеводь:27.1, Са:42.3, Mg:8.3, P:20.7, С:2.5]	200гр	28-59

Директор \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_