

МЕНЮ (Циклическое меню)

21/12/2023 : 4 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1) =586ккал	1шт	73.19	Соус сметанный с томатом и луком 32ккал	30гр	3-72
Морская капуста консервированная 30ккал	25гр	11-57	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-88	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-82	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-13
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1) =1042ккал	1шт	152.00
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-17	Морская капуста консервированная 30ккал	25гр	11-57
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-88
Комплекс обед с 1-4 классы (6/1) =736ккал	1шт	90.28	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-82
Морская капуста консервированная 24ккал	20гр	8-12	Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20
Суп из овощей 66ккал	200гр	7-63	Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-17
Сметана 20ккал	10гр	2-35	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-88	Суп из овощей 66ккал	200гр	7-63
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-82	Сметана 20ккал	10гр	2-35
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-92
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-13	Свежие фрукты. 47ккал	1шт	39-76
Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1) =592ккал	1шт	75.00	Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1) =1021ккал	1шт	152.00
Морская капуста консервированная 36ккал	30гр	13-38	Морская капуста консервированная 24ккал	20гр	8-12
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-88	Суп из овощей 66ккал	200гр	7-63
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-82	Сметана 20ккал	10гр	2-35
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-88
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-17	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-82
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20
Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1) =764ккал	1шт	92.00	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-60
Суп из овощей 66ккал	200гр	7-63	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 208ккал	100гр	36-96	Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-17
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	26-06	Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-92

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Свежие фрукты.. 47ккал	1шт	43-63			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 1 смена (6/1) =1111ккал	1шт	166.00			
Морская капуста консервированная. 30ккал	25гр	11-57			
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	36-96			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	26-06			
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20			
Чай с сахаром 55ккал	200гр	3-17			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Суп из овощей. 85ккал	250гр	9-25			
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	14-92			
Свежие фрукты~ 47ккал	1шт	43-82			
Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1) =1137ккал	1шт	166.00			
Морская капуста консервированная 24ккал	20гр	8-12			
Суп из овощей. 85ккал	250гр	9-25			
Сметана 20ккал	10гр	2-35			
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	36-96			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	26-06			
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-20			
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 сахаром 55ккал	200гр	3-17			
Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	14-92			
Свежие фрукты , 47ккал	1шт	47-69			

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

21/12/2023 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА		
Салат из белокачанной капусты с брусникой [85ккал, белки:1.5, жирь:5.0, углеводы:9.2, Ca:40.3, Mg:13.8, P:26.5, C:32.4]	100гр	13-03
Салат из морской капусты с яйцом [205ккал, белки:3.2, жирь:19.3, углеводы:5.0, Ca:11.0, Mg:2.0, P:38.0, A:50.0]	100гр	42-09
Салат из фасоли с овощами [69ккал, белки:2.8, жирь:3.2, углеводы:7.5, Ca:23.8, Mg:13.9, P:30.7, Fe:1.0, C:5.0]	85/15гр	27-64
Минтай запечённый в сметанном соусе [136ккал, белки:9.8, жирь:7.1, углеводы:3.9, Ca:30.0, Mg:32.1, P:144.8, A:12.5]	50/30гр	28-86
Тефтели мясные с соусом [286ккал, белки:10.7, жирь:18.0, углеводы:20.3, Ca:18.6, Mg:25.6, P:136.6, A:1.5, C:4.7]	90/30гр	46-23
Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной [179ккал, белки:11.8, жирь:13.8, углеводы:2.7, Ca:61.6, Mg:3.3, P:47.7, A:32.9]	75гр	45-24
Поджарка из куриного филе [127ккал, белки:8.4, жирь:9.6, углеводы:2.1, Ca:5.6, Mg:3.2, P:10.4, C:2.4]	65гр	33-00
Каша молочная пшеничная [259ккал, белки:7.9, жирь:6.9, углеводы:41.6, Ca:138.5, Mg:41.6, P:100.7, Fe:1.8, A:18.5]	200/5гр	17-07
Капуста тушеная [88ккал, белки:2.7, жирь:3.6, углеводы:11.7, Ca:66.8, Mg:22.8, P:46.3, C:59.2]	150гр	12-72
Пюре картофельное [141ккал, белки:3.1, жирь:4.6, углеводы:21.0, Ca:43.8, Mg:30.5, P:92.4, Fe:1.0, A:20.0, C:23.8]	150гр	14-67
Пирог с мясом и капустой [177ккал, белки:5.1, жирь:7.7, углеводы:21.7, Ca:23.1, Mg:10.0, P:62.0, A:8.1, C:4.7]	75гр	22-76
Пицца "Малышка" куриная [196ккал, белки:8.4, жирь:7.6, углеводы:18.4, Ca:70.7, Mg:11.7, P:71.8, A:17.9, C:2.4]	90гр	39-05
Булочка с маком [228ккал, белки:5.0, жирь:9.0, углеводы:31.8, Ca:76.3, Mg:21.9, P:84.9, A:12.4]	75гр	16-93
Булочка с повидлом [234ккал, белки:3.6, жирь:7.8, углеводы:37.7, Ca:20.3, Mg:7.7, P:45.6, A:9.1]	75гр	15-82
Кекс "Творожный" [228ккал, белки:5.3, жирь:9.9, углеводы:29.8, Ca:24.9, Mg:5.9, P:56.4, A:22.0, E:2.9]	75гр	24-19
Угольник с клубникой [182ккал, белки:3.3, жирь:5.7, углеводы:29.5, Ca:22.9, Mg:8.7, P:44.8, A:9.2, C:5.6]	75гр	18-24
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 _____