

МЕНЮ (Циклическое меню)

25/01/2024 : 4 д

| Наименование | выход | цена | Наименование | выход | цена |
|---|----------|-------|---|----------|--------|
| Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1) =606ккал | 1шт | 73.19 | Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал | 200гр | 13-04 |
| Икра кабачковая 19ккал | 25гр | 7-22 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 |
| Котлета рыбная из горбуши. 201ккал | 90гр | 33-30 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал | 30гр | 1-14 |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал | 150гр | 21-01 | Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1) =1038ккал | 1шт | 152.00 |
| Соус сметанный с луком 30ккал | 30гр | 2-34 | Икра кабачковая 19ккал | 25гр | 7-22 |
| Чай с натуральным молоком 86ккал | 200гр | 7-77 | Котлета рыбная из горбуши. 201ккал | 90гр | 33-30 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 | Рис припущенный с кукурузой 197ккал | 150гр | 21-01 |
| Комплекс обед с 1-4 класс - (6/1) =707ккал | 1шт | 90.28 | Соус сметанный 23ккал | 30гр | 2-04 |
| Икра кабачковая 19ккал | 25гр | 7-22 | Чай с натуральным молоком 86ккал | 200гр | 7-77 |
| Суп из овощей со сметаной 69ккал | 200/10гр | 10-98 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 |
| Котлета рыбная из горбуши. 201ккал | 90гр | 33-30 | Суп из овощей со сметаной 69ккал | 200/10гр | 10-98 |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал | 150гр | 21-01 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 |
| Соус сметанный 23ккал | 30гр | 2-04 | Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал | 200гр | 13-04 |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал | 200гр | 13-04 | Пирог с рисом и яйцом 183ккал | 75гр | 17-34 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 | Свежие фрукты. 47ккал | 1шт | 36-20 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал | 30гр | 1-14 | Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1) =1023ккал | 1шт | 152.00 |
| Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1) =607ккал | 1шт | 75.00 | Икра кабачковая 19ккал | 25гр | 7-22 |
| Икра кабачковая 27ккал | 35гр | 9-33 | Суп из овощей со сметаной 69ккал | 200/10гр | 10-98 |
| Котлета рыбная из горбуши. 201ккал | 90гр | 33-30 | Котлета рыбная из горбуши. 201ккал | 90гр | 33-30 |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал | 150гр | 21-01 | Рис припущенный с кукурузой 197ккал | 150гр | 21-01 |
| Соус сметанный 23ккал | 30гр | 2-04 | Соус сметанный 23ккал | 30гр | 2-04 |
| Чай с натуральным молоком 86ккал | 200гр | 7-77 | Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал | 200гр | 13-04 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал | 30гр | 1-55 |
| Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1) =710ккал | 1шт | 92.00 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал | 30гр | 1-14 |
| Икра кабачковая 15ккал | 20гр | 5-94 | Чай с натуральным молоком 86ккал | 200гр | 7-77 |
| Суп из овощей со сметаной 69ккал | 200/10гр | 10-98 | Пирог с рисом и яйцом 183ккал | 75гр | 17-34 |
| Котлета рыбная из горбуши 208ккал | 100гр | 36-30 | Свежие фрукты.. 47ккал | 1шт | 36-61 |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал | 150гр | 21-01 | Комплекс ОБЗ с 12 лет 1 смена (6/1) =1107ккал | 1шт | 166.00 |
| Соус сметанный 23ккал | 30гр | 2-04 | Икра кабачковая 19ккал | 25гр | 7-22 |

| Наименование | выход | цена | Наименование | выход | цена |
|---|----------|--------|--------------|-------|------|
| Котлета рыбная из горбуши <i>208ккал</i> | 100гр | 36-30 | | | |
| Рис припущенный с кукурузой. <i>240ккал</i> | 180гр | 26-29 | | | |
| Соус сметанный <i>23ккал</i> | 30гр | 2-04 | | | |
| Чай с натуральным молоком <i>86ккал</i> | 200гр | 7-77 | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>73ккал</i> | 30гр | 1-55 | | | |
| Суп из овощей со сметаной. <i>88ккал</i> | 250/10гр | 12-78 | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия. <i>73ккал</i> | 30гр | 1-55 | | | |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций) <i>67ккал</i> | 200гр | 13-04 | | | |
| Пирог с рисом и яйцом <i>183ккал</i> | 75гр | 17-34 | | | |
| Свежие фрукты~ <i>47ккал</i> | 1шт | 40-12 | | | |
| Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1) <i>=1137ккал</i> | 1шт | 166.00 | | | |
| Икра кабачковая <i>19ккал</i> | 25гр | 7-22 | | | |
| Суп из овощей со сметаной. <i>88ккал</i> | 250/10гр | 12-78 | | | |
| Котлета рыбная из горбуши <i>208ккал</i> | 100гр | 36-30 | | | |
| Рис припущенный с кукурузой. <i>240ккал</i> | 180гр | 26-29 | | | |
| Соус сметанный <i>23ккал</i> | 30гр | 2-04 | | | |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций) <i>67ккал</i> | 200гр | 13-04 | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия <i>73ккал</i> | 30гр | 1-55 | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия <i>58ккал</i> | 30гр | 1-14 | | | |
| Чай с натуральным молоком <i>86ккал</i> | 200гр | 7-77 | | | |
| Пирог с рисом и яйцом <i>183ккал</i> | 75гр | 17-34 | | | |
| Свежие фрукты , <i>47ккал</i> | 1шт | 40-53 | | | |

Директор

Заведующий производством

МЕНЮ (Циклическое меню)

25/01/2024 : 4 д

| Наименование | | |
|---|---------|-------|
| | выход | цена |
| ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА | | |
| Салат из белокочанной капусты с брусникой <i>[85ккал, белки:1.5, жиры:5.0, углеводы:9.2, Са:40.3, Mg:13.8, P:26.5, C:32.4]</i> | 100гр | 13-92 |
| Салат из морской капусты с яйцом <i>[205ккал, белки:3.2, жиры:19.3, углеводы:5.0, Са:11.0, Mg:2.0, P:38.0, A:50.0]</i> | 100гр | 47-14 |
| Салат из фасоли с овощами <i>[69ккал, белки:2.8, жиры:3.2, углеводы:7.5, Са:23.8, Mg:13.9, P:30.7, Fe:1.0, C:5.0]</i> | 85/15гр | 27-85 |
| Минтай запечённый в сметанном соусе <i>[136ккал, белки:9.8, жиры:7.1, углеводы:3.9, Са:30.0, Mg:32.1, P:144.8, A:12.5]</i> | 50/30гр | 29-28 |
| Тефтели мясные с соусом. <i>[286ккал, белки:10.7, жиры:18.0, углеводы:20.3, Са:18.6, Mg:25.6, P:136.6, A:1.5, C:4.7]</i> | 90/30гр | 45-47 |
| Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной <i>[179ккал, белки:11.8, жиры:13.8, углеводы:2.7, Са:61.6, Mg:3.3, P:47.7, A:32.9]</i> | 75гр | 47-61 |
| Поджарка из куриного филе <i>[127ккал, белки:8.4, жиры:9.6, углеводы:2.1, Са:5.6, Mg:3.2, P:10.4, C:2.4]</i> | 65гр | 34-01 |
| Каша молочная пшеничная <i>[259ккал, белки:7.9, жиры:6.9, углеводы:41.6, Са:138.5, Mg:41.6, P:100.7, Fe:1.8, A:18.5]</i> | 200/5гр | 17-37 |
| Капуста тушеная <i>[88ккал, белки:2.7, жиры:3.6, углеводы:11.7, Са:66.8, Mg:22.8, P:46.3, C:59.2]</i> | 150гр | 14-87 |
| Пюре картофельное <i>[141ккал, белки:3.1, жиры:4.6, углеводы:21.0, Са:43.8, Mg:30.5, P:92.4, Fe:1.0, A:20.0, C:23.8]</i> | 150гр | 16-33 |
| Чай с сахаром <i>[55ккал, углеводы:13.9]</i> | 200гр | 3-17 |
| Пирог с мясом и капустой <i>[177ккал, белки:5.1, жиры:7.7, углеводы:21.7, Са:23.1, Mg:10.0, P:62.0, A:8.1, C:4.7]</i> | 75гр | 24-31 |
| Птица "Малышка" куриная <i>[196ккал, белки:8.4, жиры:7.6, углеводы:18.4, Са:70.7, Mg:11.7, P:71.8, A:17.9, C:2.4]</i> | 90гр | 41-14 |
| Булочка с маком <i>[228ккал, белки:5.0, жиры:9.0, углеводы:31.8, Са:76.3, Mg:21.9, P:84.9, A:12.4]</i> | 75гр | 18-95 |
| Булочка с повидлом <i>[234ккал, белки:3.6, жиры:7.8, углеводы:37.7, Са:20.3, Mg:7.7, P:45.6, A:9.1]</i> | 75гр | 17-18 |
| Кекс "Творожный" <i>[228ккал, белки:5.3, жиры:9.9, углеводы:29.8, Са:24.9, Mg:5.9, P:56.4, A:22.0, E:2.9]</i> | 75гр | 26-47 |
| Угольник с клубникой <i>[182ккал, белки:3.3, жиры:5.7, углеводы:29.5, Са:22.9, Mg:8.7, P:44.8, A:9.2, C:5.6]</i> | 75гр | 19-69 |
| Желе вишневое <i>[127ккал, белки:4.5, жиры:0.1, углеводы:27.1, Са:42.3, Mg:8.3, P:20.7, C:2.5]</i> | 200гр | 29-71 |

Директор _____

Заведующий производством _____