

МЕНЮ (Циклическое меню )

11/04/2024 : 4 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
<b>Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1)</b> =591ккал	1шт	79.20	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-45
Огурец свежий 4ккал	26гр	14-23	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-29	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-14
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-19	<b>Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1)</b> =1030ккал	1шт	152.00
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34	Огурец свежий 4ккал	26гр	14-23
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-60	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-29
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-19
<b>Комплекс обед с 1-4 классы (6/1)</b> =698ккал	1шт	97.70	Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34
Огурец свежий 3ккал	27гр	14-61	Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-60
Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-13	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-29	Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-13
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-19	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-45
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-45	Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	15-93
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Свежие фрукты. 47ккал	1шт	30-74
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-14	<b>Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1)</b> =1014ккал	1шт	152.00
<b>Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1)</b> =591ккал	1шт	81.20	Огурец свежий 3ккал	27гр	14-61
Огурец свежий 4ккал	30гр	16-23	Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-13
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-29	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-29
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-19	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-19
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34	Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-60	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-45
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
<b>Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1)</b> =699ккал	1шт	99.50	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-14
Огурец свежий 4ккал	31гр	16-41	Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-60
Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-13	Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	15-93
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	33-29	Свежие фрукты.. 47ккал	1шт	30-77
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	20-19	<b>Комплекс ОБЗ с 12 лет 1 смена (6/1)</b> =1099ккал	1шт	166.00
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34	Огурец свежий 4ккал	26гр	14-23

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	36-30			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	25-19			
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34			
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-60			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Суп из овощей со сметаной. 88ккал	250/10гр	14-21			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-45			
Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	15-93			
Свежие фрукты~ 47ккал	1шт	34-65			
<b>Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1)</b> =1137ккал	1шт	166.00			
Огурец свежий 3ккал	27гр	14-61			
Суп из овощей со сметаной. 88ккал	250/10гр	14-21			
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	36-30			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	25-19			
Соус сметанный с луком 30ккал	30гр	2-34			
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-45			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-14			
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	7-60			
Пирог с рисом и яйцом 183ккал	75гр	15-93			
Свежие фрукты , 47ккал	1шт	34-68			

Директор

Заведующий производством

## МЕНЮ (Циклическое меню )

11/04/2024 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА</b>		
<b>Салат из морской капусты с яйцом</b> [205ккал, белки:3.2, жиры:19.3, углеводы:5.0, Са:11.0, Mg:2.0, P:38.0, A:50.0]	100гр	44-64
<b>Салат из фасоли с овощами</b> [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]	85/15гр	30-52
<b>Минтай запечённый в сметанном соусе</b> [136ккал, белки:9.8, жиры:7.1, углеводы:3.9, Са:30.0, Mg:32.1, P:144.8, A:12.5]	50/30гр	29-02
<b>Тертели мясные с соусом.</b> [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]	90/30гр	48-16
<b>Поджарка из куриного филе</b> [127ккал, белки:8.4, жиры:9.6, углеводы:2.1, Са:5.6, Mg:3.2, P:10.4, C:2.4]	65гр	34-13
<b>Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной</b> [179ккал, белки:11.8, жиры:13.8, углеводы:2.7, Са:61.6, Mg:3.3, P:47.7, A:32.9]	75гр	46-82
<b>Каша молочная пшенная</b> [268ккал, белки:8.1, жиры:7.9, углеводы:40.9, Са:132.0, Mg:51.7, P:195.8, A:18.5]	200/5гр	19-83
<b>Капуста тушеная</b> [88ккал, белки:2.7, жиры:3.6, углеводы:11.7, Са:66.8, Mg:22.8, P:46.3, C:59.2]	150гр	16-54
<b>Пюре картофельное</b> [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]	150гр	17-59
<b>Чай с сахаром</b> [55ккал, углеводы:13.9]	200гр	3-00
<b>Сосиска в тесте</b> [216ккал, белки:5.6, жиры:10.4, углеводы:24.6, Са:25.0, Mg:10.6, P:74.4, A:9.5]	75гр	23-37
<b>Пирог с мясом и капустой</b> [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]	75гр	24-96
<b>Кекс "Творожный"</b> [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]	75гр	25-13
<b>Булочка с повидлом</b> [234ккал, белки:3.6, жиры:7.8, углеводы:37.7, Са:20.3, Mg:7.7, P:45.6, A:9.1]	75гр	15-80
<b>Булочка с маком</b> [228ккал, белки:5.0, жиры:9.0, углеводы:31.8, Са:76.3, Mg:21.9, P:84.9, A:12.4]	75гр	17-88
<b>Угольник с клубникой</b> [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]	75гр	18-48
<b>Желе вишневое</b> [127ккал, белки:4.5, жиры:0.1, углеводы:27.1, Са:42.3, Mg:8.3, P:20.7, C:2.5]	200гр	27-38

Директор \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_