



**МЕНЮ**  
03.02.2023

Для предоставления питания учащимся 7-11 лет



| Номер рецептуры                      | Наименование                                      | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, Ккал | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|--------------------------------------|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                       |   |                |                               |              |              |              |
| 2/2008                               | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                              | 60             | 94                            | 1,25         | 0,45         | 21,83        |
| 219/2010                             | ОМЛЕТ (С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ)     | 150/5          | 313                           | 14,50        | 17,20        | 27,70        |
| 432/2008                             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                  | 200            | 107                           | 1,50         | 1,30         | 22,40        |
| к/к/                                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20             | 36                            | 1,60         | 0,85         | 6,70         |
| к/к/                                 | МАНДАРИН  | 100            | 38                            | 0,75         |              | 7,50         |
| <b>Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб.</b> |   | <b>535</b>     | <b>588</b>                    | <b>19,60</b> | <b>19,80</b> | <b>86,13</b> |
| <b>ОБЕД</b>                          |   |                |                               |              |              |              |
| 71/2011                              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ                          | 60             | 7                             | 0,42         | 0,06         | 1,14         |
| 80/2008                              | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ                        | 200/5          | 110                           | 6,73         | 5,39         | 8,50         |
| 241/2008                             | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ                       | 90             | 83                            | 10,20        | 3,20         | 4,50         |
| 333/2008                             | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ             | 150/5          | 225                           | 3,00         | 9,40         | 22,80        |
| 394/2008                             | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                            | 200            | 115                           | 0,20         | 0,20         | 27,90        |
| к/к/                                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40             | 72                            | 3,20         | 1,70         | 13,40        |
| к/к/                                 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ       | 40             | 115                           | 3,20         | 1,85         | 20,78        |
| <b>Итого за ОБЕД - 145-30 руб.</b>   |   | <b>790</b>     | <b>727</b>                    | <b>26,95</b> | <b>21,80</b> | <b>99,02</b> |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор



**МЕНЮ**

03.02.2023

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| Номер рецептуры | Наименование   | КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД |                               |              |              |               |  |
|-----------------|--|------------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|--|
|                 |  | Вес блюда (гр)   | Энергетическая ценность, Ккал | Белки        | Жиры         | Углеводы      |  |
| 40/16/2011      | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМУ, СВИНИНА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ. | 100/20           | 250                           | 10,15        | 8,50         | 27,55         |  |
| 80/2008         | БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ  | 250/10/10        | 208                           | 11,20        | 12,26        | 19,60         |  |
| 260/2011        | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ  | 120              | 289                           | 12,10        | 12,69        | 10,64         |  |
| 331/2008        | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ  | 200              | 255                           | 7,30         | 6,40         | 41,70         |  |
| 375/2010        | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ   | 60               | 160                           | 0,50         | 0,10         | 38,10         |  |
| 417/2011        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 100              | 108                           | 4,80         | 2,55         | 20,10         |  |
|                 | ГРЕБЕШОК (ШКОЛАДНАЯ НАЧИНКА)   | 100              | 274                           | 6,44         | 5,83         | 49,70         |  |
|                 | <b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 284-70 руб.</b>   | <b>1 070</b>     | <b>1 544</b>                  | <b>52,49</b> | <b>48,33</b> | <b>207,39</b> |  |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор

Директор школы

