



**МЕНЮ**  
13.09.2023  
ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ 7-11 ЛЕТ

Директор школы \_\_\_\_\_  
УТВЕРЖДАЮ:



| Номер рецептуры                      | Наименование  | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККкал | Белки      | Жиры         | Углеводы     |               |
|--------------------------------------|---|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                       |   |                |                                |            |              |              |               |
| 23/2008                              | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ           | 60             | 64                             | 0,54       | 5,06         | 1,04         |               |
| 206/2010                             | МАКАРОНЫ С СЫРОМ  | 150            | 313                            | 11,60      | 12,10        | 24,56        |               |
| 431/2008                             | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ   | 200/5          | 62                             | 0,30       | 0,10         | 15,20        |               |
| к/к/                                 | БАНАН СВЕЖИЙ  | 180            | 95                             | 2,70       | 0,90         | 37,80        |               |
| к/к/                                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                   | 15             | 27                             | 1,20       | 0,63         | 5,03         |               |
| <b>Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб.</b> |   |                |                                |            |              |              |               |
| <b>ОБЕД</b>                          |   |                |                                |            |              |              |               |
| 1.49/2005                            | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ                       | 60             | 54                             | 0,86       | 3,18         | 5,28         |               |
| 84/2008                              | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ                        | 200/5          | 77                             | 2,50       | 4,50         | 6,43         |               |
| 304/2012                             | ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ)   | 240            | 325                            | 12,15      | 13,85        | 33,80        |               |
| 442/2008                             | СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/  | 200            | 86                             | 1,00       | 0,20         | 19,80        |               |
| 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        |               |
| к/к/                                 | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5% | 1/100          | 87                             | 5,00       | 2,50         | 8,50         |               |
| <b>Итого за ОБЕД - 145-30 руб.</b>   |   |                |                                |            |              |              |               |
|                                      |   |                |                                | <b>816</b> | <b>27,91</b> | <b>27,78</b> | <b>107,99</b> |

Зам. директора \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
"Комбинат социального питания  
"ВОЛНА"  
СТОЛОВАЯ № 7  
Для документов

**МЕНЮ**

13.09.2023

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Директор школы  
УТВЕРЖДАЮ:  
*[Подпись]*



| Номер рецептуры                                | Наименование  | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|--|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>                        |   |                |                               |              |              |               |
| 61/226/2011                                    | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ФОРЕЛЬЮ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ           | 80/40          | 213                           | 7,80         | 15,90        | 12,35         |
| 84/2008  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ             | 250/10/5       | 205                           | 7,30         | 9,80         | 9,10          |
| 304/2012                                       | ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ)   | 300            | 505                           | 17,80        | 21,60        | 64,80         |
| 442/2008                                       | СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИШНЯ-ЯБЛОКО/  | 200            | 100                           | 1,40         | 0,40         | 22,80         |
| 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         |
| к/к/   | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5% | 1/100          | 87                            | 5,00         | 2,50         | 8,50          |
| 438/2011                                       | БУЛОЧКА С КОРИЦЕЙ   | 75             | 228                           | 6,00         | 2,25         | 49,50         |
| <b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 284-70 руб.</b> |   | <b>1 140</b>   | <b>1 525</b>                  | <b>51,70</b> | <b>56,00</b> | <b>201,23</b> |

Зам. директора

*[Подпись]*

Зав. производством

*[Подпись]*

Калькулятор

*[Подпись]*