

МЕНЮ

9 февраля 2023 г.

1-4 класс

Категории питающихся: завтрак (1 родитель, дети из семьи
многодет.,КМНС,ОВЗ)

обед (ОВЗ, родительская плата)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	7,6	9,8	27	222
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	90	1,6	3,4	10,1	75
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	11,6	55
		ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,8		2,6	14
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/14	0,3		13,1	53
Итого				14,4	13,7	78,1	483
II Завтрак							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	27,2	42,4	20,4	551
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	5,9	8,9	15,1	165
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/14	0,3		13,1	53
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,1	5,1	4,6	
Итого				34,5	56,4	53,2	769
Обед							
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	6,7	7,3	16,3	153
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	5,8	36,1	206
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90		4,2	0,2	38
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,2	19,1	57
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	1,3	3,6	6,7	66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	11,6	55
Итого				15,8	21,6	103,7	639
Всего				64,7	91,7	235	1891

МЕНЮ**9 февраля 2023 г.****5-11 кл**Категории питающихся: завтрак (1 родитель, дети из семьи
многодет.,КМНС,ОВЗ, родительская плата)

обед (ОВЗ, родительская плата)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	8,93	7,1	4,4	41,5	230
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	33,03	1,6	6	11,1	103
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,54	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	1,5	0,1	9,7	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,5	0,2	9,4	44
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	20,10			18,2	72
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	12,21	1,2	5,7	7,3	84
Итого				84,31	13,5	18,8	100,7	616
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,60	4,3	6,9	43,4	247
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	100	22,64	1,6	3,8	9,1	74
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ №330	50	4,44	0,7	2,5	2,7	34
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	1,5	0,1	9,7	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,5	0,2	9,4	44
2011	42	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	24,14	2,7	9,4	14,3	152
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/20/30	13,99			18,2	72
Итого				84,31	12,3	22,9	106,8	669
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	20,49	2,1	5,9	15,3	119
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,21	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	100	31,61	0,5	4,7	2,5	53
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/20/30	13,99			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,89	1,4	4,8	8,7	82
Итого				89,69	13,4	20,7	93,3	599
Всего				174,00	39,2	62,4	300,8	1884