

**МЕНЮ**

14 марта 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	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	34,81	8,9	11	28,8	244
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	90	36,06	1,6	3,4	10,1	75
		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	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/14	3,72	0,3		17,7	71
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ №330	50	4,46	0,7	2,5	2,7	34
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8,78	1	3,5	5,4	56
<b>Итого</b>				<b>93,33</b>	<b>16,6</b>	<b>20,9</b>	<b>90</b>	<b>599</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	59,78	14,7	29,7	4,8	333
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	18,60	5,9	8,9	15,1	165
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/14	3,80	0,3		17,7	71
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	11,15	1,1	5,1	4,6	
<b>Итого</b>				<b>93,33</b>	<b>22</b>	<b>43,7</b>	<b>42,2</b>	<b>569</b>
<b>Обед</b>								
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	14,82	2,9	3,9	16,1	109
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,42	3,5	5,8	36,1	206
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	76,50		4,2	0,2	38
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	17,79	0,2	0,2	19,1	57
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	9,66	1,3	3,6	6,7	66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
<b>Итого</b>				<b>135,69</b>	<b>12</b>	<b>18,2</b>	<b>103,5</b>	<b>595</b>
<b>Всего</b>				<b>229,02</b>	<b>50,6</b>	<b>82,8</b>	<b>235,7</b>	<b>1763</b>

**МЕНЮ**

14 марта 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	41,17	9,6	12	36,5	285
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	95	37,26	1,8	3,8	11,2	84
		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	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/14	3,72	0,3		17,7	71
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ №330	50	4,46	0,7	2,5	2,7	34
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	18,08	2,9	11,7	18	183
<b>Итого</b>				<b>110,19</b>	<b>19,4</b>	<b>30,5</b>	<b>111,4</b>	<b>776</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	250	71,01	21,3	29,5	12,2	385
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,87	5,9	7,2	15,1	149
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/14	3,72	0,3		17,7	71
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	18,59	1,9	8,5	7,7	
<b>Итого</b>				<b>110,19</b>	<b>29,4</b>	<b>45,2</b>	<b>52,7</b>	<b>605</b>
<b>Обед</b>								
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	17,11	3,8	5	20,2	137
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,89	4,3	6,9	43,4	247
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	64,49		4,7	0,3	42
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	16,25	2,1	6,1	11,2	110
		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	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/20/30	14,82			18,2	72
<b>Итого</b>				<b>132,06</b>	<b>14,3</b>	<b>23,2</b>	<b>118,6</b>	<b>727</b>
<b>Всего</b>				<b>242,25</b>	<b>63,1</b>	<b>98,9</b>	<b>282,7</b>	<b>2108</b>