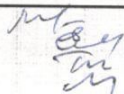


МЕНЮ для питания учащихся 1-5 классов
 18 апреля 2024
 9 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак Комплекс 1	Закуска	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	10	11,3	68,6	5,12	5,22	0	
	Горячее	№313	Запеканка из творога, с молоком сгущённым	150/5	89,98	425	24	25,2	23,9	
	Напиток	№494	Чай с лимоном	200	5,07	61	0,1	0	15,2	
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	108,6	3,96	0,72	20,4	
Итого					107,70					
Обед Комплекс 1	1 Блюдо	№140	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	17,16	129,7	5,8	6,5	12	
	Горячее	№365	Мясо, тушенное с капустой	250	86,90	680	24,25	58,42	14,5	
	Напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	24,00	45	0,2	0	11	
	Хлеб	№108	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	50	3,37	108,6	3,96	0,72	20,4	
Итого					70	6,97	164,5	5,32	0,56	34,44
Итого						138,40				
Завтрак Комплекс 2	Закуска		Масло сливочное порциями	10	10,88	112,2	0,07	12,38	0,12	
	Горячее	№410	Фрикадельки из кур (2шт. по 50г.)	100	61,83	162,9	10,8	10,9	5,4	
	Гарнир	№237	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,81	303,66	10,26	9,41	44,5	
	Напиток	№494	Чай с лимоном	200	5,07	61	0,1	0	15,2	
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	108,6	3,96	0,66	20,4	
	Хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	45	4,09	166,85	5,4	0,57	34,93	
Итого						107,70				
Завтрак аллергия без молока	Закуска		Горошек зелен. консервир.с маслом растительным	55 /5	14,35	85	1,17	0,17	18,8	
	Горячее	№410	Фрикадельки из кур (2шт. по 50г.)	100	61,83	162,9	10,8	10,9	5,4	
	Гарнир	№237	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,81	303,66	10,26	9,41	44,5	
	Напиток	№494	Чай с лимоном	200	5,07	61	0,1	0	15,2	
	Хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	30	2,64	166,85	5,4	0,57	34,93	
Итого						107,70				
Обед аллергия без молока	1 Блюдо	№140	Щи из свежей капусты с картофелем	250	13,68	129,7	5,8	6,5	12	
	Горячее	№365	Мясо, тушенное с капустой	260	92,80	680	24,25	58,42	14,5	
	Напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	24,00	45	0,2	0	11	
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	50	3,37	108,6	3,96	0,72	20,4	
	Хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	50	4,55	164,5	5,32	0,56	34,44	
Итого						138,40				
Завтрак диабет	Закуска	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	10	11,30	102,9	7,68	1,57	0	
	Горячее	№313	Запеканка из творога	150	87,97	425	24	25,2	23,9	
	Напиток	№494	Чай с лимоном, без сахара	200/5	3,04	2,95	0,1	0	0,2	
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	55	5,39	18,1	0,66	0,12	3,4	
Итого						107,70				
Обед диабет	1 Блюдо	№140	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/15	23,06	129,7	5,8	6,5	12	
	Горячее	№365	Мясо, тушенное с капустой	250	86,90	680	24,25	58,42	14,5	
	Напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	24,00	45	0,2	0	11	
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	46	4,44	123,08	4,5	0,8	23,12	
Итого						138,40				

Ответственный по питанию
 Повар-бригадир
 Мед.работник



С.В. Галашова
 Е.А.Лифшиц
 О.С.Белоцерковец
 М.С.Матюханова

МЕНЮ для питания учащихся 12 лет и старше
 18 апреля 2024
 9 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	10	11,3	68,6	5,12	5,22	0
	Горячее	№313	Запеканка из творога, с молоком сгущенным	150/5	89,98	425	24	25,2	23,9
	Напиток	№494	Чай с лимоном	200	5,07	61	0,1	0	15,2
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	108,6	3,96	0,72	20,4
Итого						107,70			
Обед	1 Блюдо	№140	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	17,16	129,7	5,8	6,5	12
	Горячее	№365	Мясо, тушенное с капустой	250	86,90	680	24,25	58,42	14,5
	Напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	24,00	45	0,2	0	11
	Хлеб	№108	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	50	3,37	108,6	3,96	0,72	20,4
Итого						138,40			
Завтрак	Закуска		Масло сливочное порциями	10	10,88	112,2	0,07	12,38	0,12
	Горячее	№410	Фрикадельки из кур (2шт. по 50г.)	100	61,83	162,9	10,8	10,9	5,4
	Гарнир	№237	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,81	303,66	10,26	9,41	44,5
	Напиток	№494	Чай с лимоном	200	5,07	61	0,1	0	15,2
без молока	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	108,6	3,96	0,66	20,4
	Хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	45	4,09	166,85	5,4	0,57	34,93
Итого						107,70			
Завтрак	Закуска		Горошек зелен.консервир.с маслом растительным	55 /5	14,35	85	1,17	0,17	18,8
	Горячее	№410	Фрикадельки из кур (2шт. по 50г.)	100	61,83	162,9	10,8	10,9	5,4
	Гарнир	№237	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,81	303,66	10,26	9,41	44,5
	Напиток	№494	Чай с лимоном	200	5,07	61	0,1	0	15,2
без молока	Хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	30	2,64	166,85	5,4	0,57	34,93
	Итого						107,70		
Обед	1 Блюдо	№140	Щи из свежей капусты с картофелем	250	13,68	129,7	5,8	6,5	12
	Горячее	№365	Мясо, тушенное с капустой	260	92,80	680	24,25	58,42	14,5
	Напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	24,00	45	0,2	0	11
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	50	3,37	108,6	3,96	0,72	20,4
без молока	Хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	50	4,55	164,5	5,32	0,56	34,44
	Итого						138,40		
Завтрак	Закуска	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	10	11,30	102,9	7,68	1,57	0
	Горячее	№313	Запеканка из творога	150	87,97	425	24	25,2	23,9
	Напиток	№494	Чай с лимоном, без сахара	200/5	3,04	2,95	0,1	0	0,2
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	55	5,39	18,1	0,66	0,12	3,4
Обед	1 Блюдо	№140	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/15	23,06	129,7	5,8	6,5	12
	Горячее	№365	Мясо, тушенное с капустой	250	86,90	680	24,25	58,42	14,5
	Напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	24,00	45	0,2	0	11
	Хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	46	4,44	123,08	4,5	0,8	23,12
Итого						138,40			

Ответственный по питанию

Повар-бригадир
 Мед.работник



С.В. Галашова
 Е.А.Лифшиц
 О.В. Ошеко
 О.В.Кирлева