

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
 2 неделя 3 день

Белки	Жиры	Гликоды	Вит. B1	№ рец.	Наименование блюда [*]	Выход, г [*]	Цена, руб
Комплекс №3 2-х разовое 1-4кл							
5,06	5,23	28,52	176,07	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом слив	180	31,31
2,61	1,82	4,58	152,88	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	130	78,27
2,87	4,00	23,08	190,00	921	Какао с молоком, Хрутка	200	35,57
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,37
1,52	4,98	7,31	106,00	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	41,13
10,85	21,12	7,19	262,29	1062	Тефтели мясные с рисом	90	94,13
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	2,73
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	31,30
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	22,54
54,12	0,44	325,78	1562,80	1489,02	Желе ягодное	200	18,86
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	6,79
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	6,79
							373,79
Комплекс №1 1-4кл Завтрак							
5,06	5,23	28,52	176,07	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом слив	180	31,31
2,61	1,82	4,58	152,88	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	130	78,27
2,87	4,00	23,08	190,00	921	Какао с молоком, Хрутка	200	35,57
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,37
							149,52
Комплекс №2 1-4кл Обед							
1,52	4,98	7,31	106,00	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	40,51
10,85	21,12	7,19	262,29	1062	Тефтели мясные с рисом	90	94,59
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	2,76
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	31,35
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	22,57
54,12	0,44	325,78	1562,80	1489,02	Желе ягодное	200	18,89
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	6,80
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	6,80
							224,27
Комплекс №5 5-11кл Завтрак							
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	93,13
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30	3,68
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	33,35
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	20,00
54,12	0,44	325,78	1562,80	1489,02	Желе ягодное	200	16,74
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	5,02
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	5,02
							176,94
Комплекс №6 5-11кл Обед							
1,90	6,23	9,14	132,50	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	53,68
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	111,44
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30	4,41
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	39,90
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	23,93
54,12	0,44	325,78	1562,80	1489,02	Желе ягодное	200	20,02
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	6,01
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	6,01
							265,40
Комплекс №4 2-х разовое 5-11кл							
5,62	5,81	31,68	195,63	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом слив	200	44,08
2,51	1,75	4,40	147,00	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125	90,72
2,87	4,00	23,08	190,00	921	Какао с молоком, Хрутка	200	36,60
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	5,54
1,90	6,23	9,14	132,50	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	53,68
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	111,44
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30	4,41

11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	39,90
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	23,93
54,12	0,44	325,78	1 562,80	1489,02	Желе ягодное	200	20,02
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	6,01
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	6,01
							442,34
Комплекс №8 1-11кл Обед Суп второе							
1,90	6,23	9,14	132,50	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	45,12
2,09	8,89	12,73	139,61	907,03	Тефтели мясные с рисом и соусом красным	100	131,92
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	32,96
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	11,02
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,96
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,96
							230,94
Комплекс №7 5-11кл Завтрак Вариативное меню							
16,64	12,10	13,81	234,76	5817	Биточек из мяса Акварелька	100	50,34
4,39	15,10	42,12	311,74	1633,1	Ризотто	180	24,37
29,96	21,40	48,05	337,25	14560,01	Пенне с курицей в соусе	250	119,39
0,07	0,02	15,00	60,00	1188,01	Чай с сахаром	200	1,18
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	2,36
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	2,36
							200,00
Комплекс №5 5-11кл Завтрак бюджет							
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	93,79
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	2,46
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	33,58
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	20,14
54,12	0,44	325,78	1 562,80	1489,02	Желе ягодное	200	16,85
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	5,06
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	5,06
							176,94
Комплекс №9 1-11кл Суп							
1,90	6,23	9,14	132,50	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	54,00
Комплекс №11 1-11кл Выпечка							
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный	60	54,00
1,90	6,23	9,14	132,50	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	53,68
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	111,44
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30	4,41
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	39,90
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	23,93
54,12	0,44	325,78	1 562,80	1489,02	Желе ягодное	200	20,02
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	6,01
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	6,01
							265,40
Комплекс №12 1-4кл Завтрак Почемучки							
5,06	5,23	28,52	176,07	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом слив	180	29,91
2,51	1,75	4,40	147,00	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125	71,92
	4,00	23,08	190,00	921	Какао с молоком, Хрутка	200	33,99
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,18
4,01	2,80	7,05	69,91	935,01	Йогурт питьевой	200	20,00
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный	60	20,00
							180,00
Комплекс №13 1-4кл Обед Почемучки							
1,52	4,98	7,31	106,00	124,15	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	26,26
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	75,09
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30	3,72
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,06
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,20
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	6,09
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	6,09
							145,51
Комплекс №10 1-11кл Полдник							
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный	60	50,00
4,01	2,80	7,05	69,91	935,01	Йогурт питьевой	200	25,00
							75,00

Заведующий столовой

