

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 2 неделя 5 день

Белки,	Жиры,	углеводы	Калорийность,	№ рец.	Наименование блюда [*]	Выход, г [*]	Цена, руб
<b>Комплекс №3 2-х разовое 1-4кл</b>							
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	200	90,93
2,86	3,58	6,66	77,06	1330,23	Оладьи с топпингом	75	46,41
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	7,82
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,36
4,70	4,42	17,14	125,00	139,19	Суп картофельный с чечевицей	200	18,36
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	139,84
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150	34,18
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	24,97
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,46
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,46
<b>Комплекс №1 1-4кл Завтрак</b>							
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	200	90,93
2,86	3,58	6,66	77,06	1330,23	Оладьи с топпингом	75	46,41
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	7,82
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,36
<b>Комплекс №2 1-4кл Обед</b>							
4,70	4,42	17,14	125,00	139,19	Суп картофельный с чечевицей	200	18,36
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	139,84
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150	34,18
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	24,97
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,46
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,46
<b>Комплекс №5 5-11кл Завтрак</b>							
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	115,37
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	33,84
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	20,60
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	4,75
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	2,38
<b>Комплекс №6 5-11кл Обед</b>							
5,87	5,53	21,42	156,25	139,19	Суп картофельный с чечевицей	250	25,64
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	156,34
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	45,85
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	27,91
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	6,44
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,22
<b>Комплекс №4 2-х разовое 5-11кл</b>							
24,69	27,72	7,99	373,94	891	Омлет запеченный или паровой	245	115,94
2,86	3,58	6,66	77,06	1330,23	Оладьи с топпингом	75	48,32
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	8,14
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,54
5,87	5,53	21,42	156,25	139,19	Суп картофельный с чечевицей	250	25,64
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	156,34
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	45,85
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	27,91
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	6,44
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,22
<b>Комплекс №8 1-11кл Обед Суп второе</b>							
5,87	5,53	21,42	156,25	139,19	Суп картофельный с чечевицей	250	23,90
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	152,96

3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	43,07
0,20	0	6,50	26,80	14539,27	Чай с сахаром	200	2,01
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	6,00
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,00
					<b>Комплекс №7 5-11кл Завтрак Вариативное меню</b>		
13,99	12,31	2,33	126,41	1436,1	Митболы из птицы	100	48,66
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	32,86
12,55	37,34	5,98	331,80	1050,15	Бефстроганов	100	77,68
6,22	10,84	35,96	266,23	1011,15	Спагетти отварные	180	14,98
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	19,18
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	4,43
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	2,21
					<b>Комплекс №5 5-11кл Завтрак бюджет</b>		
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	115,37
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	33,84
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	20,60
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	4,75
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	2,38
					<b>Комплекс №9 1-11кл Суп</b>		
5,87	5,53	21,42	156,25	139,19	Суп картофельный с чечевицей	250	54,00
					<b>Комплекс №11 1-11кл Выпечка</b>		
8,22	8,94	9,54	148,92	806,45	Маффин красный бархат	60	54,00
					<b>Комплекс №6 5-11кл Обед бюджет</b>		
5,87	5,53	21,42	156,25	139,19	Суп картофельный с чечевицей	250	25,64
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	156,34
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	45,85
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	27,91
5,35	2,25	41,65	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	6,44
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,22
					<b>Комплекс №12 1-4кл Завтрак Почемучки</b>		
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	200	79,26
2,86	3,58	6,66	77,06	1330,23	Оладьи с топпингом	75	49,91
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	7,03
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,80
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	7,29
8,22	8,94	9,54	148,92	806,45	Маффин красный бархат	60	32,71
					<b>Комплекс №13 1-4кл Обед Почемучки</b>		
4,70	4,42	17,14	125,00	139,19	Суп картофельный с чечевицей	200	15,92
24,54	11,24	0	54,28	1229,1	Рыба, запеченная с сыром.	100	82,29
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150	19,64
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	21,66
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,00
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,00
					<b>Комплекс №10 1-11кл Полдник</b>		
8,22	8,94	9,54	148,92	806,45	Маффин красный бархат	60	50,00
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	25,00

Заведующий столовой \_\_\_\_\_

