



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Льготная категория 1-4 класс

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|-------------------------|---------------|---|--------------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак, полдник | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/0/40 | 29,2 | 12,1 | 29,1 | 342 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 1,4 | 1,5 | 15,4 | 80 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 3,3 | 0,6 | 16,5 | 114 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | 34,3 | 14,6 | 70,8 | 583 | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | | | | | | |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ | 90 | 9,5 | 10,4 | 6,8 | 159 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ | 150/0/5 | 8,4 | 6,2 | 40,6 | 261 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 2,2 | 0,4 | 11 | 76 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,6 | 0,3 | 29,5 | 131 |
| Итого | 24,1 | 22,1 | 116,6 | 798 | | | |
| Всего | | | | 58,4 | 36,7 | 187,4 | 1381 |



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Льготная категория 5-11 класс

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------|---------------|--|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак, полдник | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/0/40 | 29,2 | 12,1 | 29,1 | 342 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 1,4 | 1,5 | 15,4 | 80 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 60 | 6,6 | 1,2 | 33 | 228 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 37,6 | 15,2 | 87,3 | 697 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/0/10 | 1,6 | 5,9 | 11,3 | 114 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ | 90 | 9,5 | 10,4 | 6,8 | 159 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ | 165/0/5 | 9 | 6,6 | 43,3 | 277 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 50 | 5,5 | 1 | 27,5 | 190 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,6 | 0,3 | 29,5 | 131 |
| Итого | | | | 28,2 | 24,2 | 137,8 | 948 |
| Всего | | | | 65,8 | 39,4 | 225,1 | 1645 |



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Младшие классы 2 смена

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|---------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200/0/5 | 1,4 | 4,8 | 9,3 | 94 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ | 90 | 9,5 | 10,4 | 6,8 | 159 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С | 150/0/5 | 8,4 | 6,2 | 40,6 | 261 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 20 | 2,2 | 0,4 | 11 | 76 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,6 | 0,3 | 29,5 | 131 |
| Итого | | | | 24,1 | 22,1 | 116,6 | 798 |
| Всего | | | | 24,1 | 22,1 | 116,6 | 798 |



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

ММС 5-11 класс

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/0/10 | 1,6 | 5,9 | 11,3 | 114 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ | 90 | 9,5 | 10,4 | 6,8 | 159 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ | 165/0/5 | 9 | 6,6 | 43,3 | 277 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 50 | 5,5 | 1 | 27,5 | 190 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,6 | 0,3 | 29,5 | 131 |
| Итого | | | | 28,2 | 24,2 | 137,8 | 948 |
| Всего | | | | 28,2 | 24,2 | 137,8 | 948 |



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Родительский взнос, сотрудники

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|----------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/0/10 | 1,6 | 5,9 | 11,3 | 114 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ | 90 | 9,5 | 10,4 | 6,8 | 159 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С | 165/0/5 | 9 | 6,6 | 43,3 | 277 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 50 | 5,5 | 1 | 27,5 | 190 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,6 | 0,3 | 29,5 | 131 |
| Итого | | | | 28,2 | 24,2 | 137,8 | 948 |
| Всего | | | | 28,2 | 24,2 | 137,8 | 948 |