



## МЕНЮ

20 октября 2023 г.

### Льготная категория 1-4 класс

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак, полдник              |                     |                                                               |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ                                | 200/0/5  | 5,1               | 7,6     | 31               | 214                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                                        | 200      | 0,1               |         | 9,6              | 39                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 30       | 3,3               | 0,6     | 16,5             | 114                                      |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                | 15       | 3,9               | 4,6     |                  | 56                                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                 | 200      | 1                 | 0,2     | 19,8             | 86                                       |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 13,4              | 13      | 76,9             | 509                                      |
| Обед                          |                     |                                                               |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                       | 200/0/10 | 1,7               | 4,6     | 11               | 97                                       |
| 2012                          | 308                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ<br>СОУСОМ                     | 60/0/30  | 0,5               | 6,4     | 1,9              | 67                                       |
| 2011                          | 199                 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ                                       | 150/0/5  | 14,2              | 5,3     | 30,5             | 252                                      |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                         | 200      |                   |         | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 20       | 2,2               | 0,4     | 11               | 76                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 30       | 2,6               | 0,3     | 29,5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 21,2              | 17      | 103,3            | 700                                      |
| Всего                         |                     |                                                               |          | 34,6              | 30      | 180,2            | 1209                                     |



# МЕНЮ

20 октября 2023 г.

Льготная категория 5-11 класс

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход    | Химический состав |                     |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------------------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |          | Белки, г          | Жиры, г             | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак, полдник              |                     |                                                               |          |                   |                     |                  |                                          |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ                                | 200/0/5  | 5,1               | 7,6                 | 31               | 214                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                                        | 200      | 0,1               |                     | 9,6              | 39                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 30       | 3,3               | 0,6                 | 16,5             | 114                                      |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                | 15       | 3,9               | 4,6                 |                  | 56                                       |
| 2008                          |                     |                                                               |          | 442               | СОК<br>апельсиновый | 200              | 1                                        |
| Итого                         |                     |                                                               |          |                   |                     |                  |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |          |                   |                     |                  |                                          |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                       | 250/0/10 | 2,2               | 5,6                 | 12,8             | 115                                      |
| 2012                          | 308                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ<br>СОУСОМ                     | 60/0/30  | 0,5               | 6,5                 | 1,9              | 67                                       |
| 2011                          | 199                 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ                                       | 165/0/5  | 15,1              | 5,6                 | 32,4             | 268                                      |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                         | 200      |                   |                     | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 50       | 5,5               | 1                   | 27,5             | 190                                      |
| 2008                          |                     |                                                               |          |                   | ХЛЕБ<br>пшеничный   | 30               | 2,6                                      |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 25,9              | 19                  | 123,5            | 848                                      |



# МЕНЮ

20 октября 2023 г.

## Младшие классы 1 смена

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда             | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак, полдник              |                     |                                |         |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 200/0/5 | 5,1               | 7,6     | 31               | 214                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ         | 200     | 0,1               |         | 9,6              | 39                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ     | 30      | 3,3               | 0,6     | 16,5             | 114                                      |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                 | 15      | 3,9               | 4,6     |                  | 56                                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                  | 200     | 1                 | 0,2     | 19,8             | 86                                       |
| Итого                         |                     |                                |         | 13,4              | 13      | 76,9             | 509                                      |
| Всего                         |                     |                                |         | 13,4              | 13      | 76,9             | 509                                      |



# МЕНЮ

20 октября 2023 г.

## Младшие классы 2 смена

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                       | 200/0/10 | 1,7               | 4,6     | 11               | 97                                       |
| 2012                          | 308                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ<br>СОУСОМ                     | 60/0/30  | 0,5               | 6,5     | 1,9              | 67                                       |
| 2011                          | 199                 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ                                       | 150/0/5  | 14,2              | 5,3     | 30,5             | 252                                      |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                         | 200      |                   |         | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 20       | 2,2               | 0,4     | 11               | 76                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 30       | 2,6               | 0,3     | 29,5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 21,2              | 17,1    | 103,3            | 700                                      |
| Всего                         |                     |                                                               |          | 21,2              | 17,1    | 103,3            | 700                                      |



# МЕНЮ

20 октября 2023 г.

## ММС 5-11 класс

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                       | 250/0/10 | 2,2               | 5,6     | 12,8             | 115                                      |
| 2012                          | 308                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ<br>СОУСОМ                     | 60/0/30  | 0,5               | 6,5     | 2                | 68                                       |
| 2011                          | 199                 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ                                       | 165/0/5  | 15,1              | 5,6     | 32,4             | 268                                      |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                         | 200      |                   |         | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 50       | 5,5               | 1       | 27,5             | 190                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 30       | 2,6               | 0,3     | 29,5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 25,9              | 19      | 123,6            | 849                                      |
| Всего                         |                     |                                                               |          | 25,9              | 19      | 123,6            | 849                                      |



## МЕНЮ

20 октября 2023 г.

### Родительский взнос, сотрудники

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                       | 250/0/10 | 2,2               | 5,6     | 12,8             | 115                                      |
| 2012                          | 308                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ<br>СОУСОМ                     | 60/0/30  | 0,5               | 6,5     | 2                | 68                                       |
| 2011                          | 199                 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ                                       | 165/0/5  | 15,1              | 5,6     | 32,4             | 268                                      |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                         | 200      |                   |         | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 50       | 5,5               | 1       | 27,5             | 190                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 30       | 2,6               | 0,3     | 29,5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 25,9              | 19      | 123,6            | 849                                      |
| Всего                         |                     |                                                               |          | 25,9              | 19      | 123,6            | 849                                      |