|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.  Организованное питание  ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! | | | | | | |
| 1 неделя 1 день | | | | | | |
| **ЗАВТРАК 7-11 лет** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200/15 | 3,20 | 12,04 | 51,20 | 418,40 | 81,76 |
| Бутерброд с маслом сливочным и джемом | 15/10/15 | 1,39 | 8,35 | 20,75 | 161,89 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |
| **ЗАВТРАК 12 лет и старше** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 250/15 | 3,94 | 14,84 | 63,10 | 515,70 | 95,08 |
| Бутерброд с маслом сливочным и джемом | 15/10/15 | 1,39 | 8,35 | 20,75 | 161,89 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |
| **ОБЕД 7-11 лет** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы соленые | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,60 | 122,66 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы | 200/10 | 5,87 | 2,58 | 20,55 | 129,86 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 21,52 | 17,87 | 18,98 | 322,46 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |
|  |  |  |  |  |  |
| **ОБЕД 12 лет и старше** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 11,00 | 142,59 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы | 250/10 | 7,20 | 3,10 | 25,40 | 160,00 |
| Жаркое по- домашнему | 250 | 26,90 | 22,33 | 23,61 | 403,07 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |
| **ПОЛДНИК 7-11 лет** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Бутерброд с сыром | 15/20 | 6,42 | 5,51 | 7,32 | 106,70 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |
| **ПОДНИК 12 лет и старше** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Бутерброд с сыром | 15/20 | 6,42 | 5,51 | 7,32 | 106,70 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.  Организованное питание  ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!  1 неделя 2 день  **ЗАВТРАК 7-11 лет** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Омлет натуральный с маслом сливочным | 180/5 | 19,65 | 28,28 | 3,86 | 380,93 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |
| Яблоко | 90 | 0,36 | 0,18 | 17,18 | 63,90 |
| **ЗАВТРАК 12 лет и старше** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Омлет натуральный с маслом сливочным | 220/5 | 21,12 | 33,38 | 4,18 | 408,80 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |
| Яблоко | 90 | 0,36 | 0,18 | 17,18 | 63,90 |
| **ОБЕД 7-11 лет** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Кукуруза консервированная | 60 | 1,32 | 1,44 | 6,72 | 34,80 | 122,66 |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/10 | 2,46 | 7,72 | 16,98 | 118,54 |
| Филе птицы в сметанном соусе | 50/50 | 25,50 | 9,21 | 2,33 | 166,04 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,24 | 4,65 | 34,88 | 205,50 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,60 | 0,00 | 28,40 | 120,00 |
| **ОБЕД 12 лет и старше** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Кукуруза консервированная | 100 | 2,20 | 2,40 | 11,20 | 58,00 | 142,59 |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/10 | 3,80 | 7,40 | 12,70 | 129,50 |
| Филе птицы в сметанном соусе | 50/50 | 25,50 | 9,21 | 2,33 | 166,04 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,20 | 5,58 | 41,85 | 246,60 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,60 | 0,00 | 28,40 | 120,00 |
| **ПОЛДНИК 7-11 лет** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка домашняя йодированная | 75 | 6,46 | 12,31 | 64,37 | 391,53 | 61,33 |
| Напиток витаминизированный «Профи» кисель | 200 | 2,00 | 1,00 | 17,00 | 80,00 |
| **ПОЛДНИК 12 лет и старше** | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка домашняя йодированная | 75 | 6,46 | 12,31 | 64,37 | 391,53 | 71,29 |
| Напиток витаминизированный «Профи» кисель | 200 | 2,00 | 1,00 | 17,00 | 80,00 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 3 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком | 180/20 | 28,40 | 15,62 | 45,53 | 437,02 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,10 | 3,44 | 23,21 | 134,55 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком | 250/15 | 36,70 | 22,90 | 41,50 | 517,60 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,10 | 3,44 | 23,21 | 134,55 |  |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Помидоры свежие порционно | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,22 | 12,00 | 122,66 |
| Суп картофельный с клецками | 200/20 | 1,94 | 3,10 | 12,38 | 83,92 |
| Гуляш из говядины | 90 | 15,46 | 15,83 | 4,24 | 220,81 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,90 | 3,45 | 32,40 | 177,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Напиток из облепихи | 200 | 0,30 | 1,35 | 26,35 | 120,00 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Помидоры свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,70 | 20,00 | 142,59 |
| Суп картофельный с клецками | 250/20 | 1,70 | 1,62 | 11,10 | 65,40 |
| Гуляш из говядины | 110 | 18,90 | 19,35 | 5,19 | 269,88 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,28 | 4,14 | 38,88 |  |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Напиток из облепихи | 200 | 0,30 | 1,35 | 26,35 | 120,00 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 15/10/20 | 6,49 | 13,71 | 7,99 | 180,70 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 15/10/20 | 6,49 | 13,71 | 7,99 | 180,70 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 4 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Макаронник с мясом | 180 | 10,42 | 6,03 | 36,23 | 244,13 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |
| Мандарин | 75 | 0,60 | 0,15 | 5,63 | 24,75 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Макаронник с мясом | 220 | 12,73 | 7,37 | 44,28 | 298,38 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |
| Мандарин | 75 | 0,60 | 0,15 | 5,63 | 24,75 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Маринад овощной | 60 | 1,30 | 4,06 | 8,78 | 76,30 | 122,66 |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/10 | 2,28 | 9,60 | 4,52 | 96,60 |
| Тефтели с соусом | 60/50 | 11,26 | 20,83 | 14,00 | 286,00 |
| Картофельное пюре | 150 | 5,00 | 8,40 | 29,40 | 212,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из яблок (свежих или сушёных) | 200 | 0,20 | 0,20 | 24,84 | 103,10 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Маринад овощной | 100 | 2,16 | 6,70 | 14,60 | 127,10 | 142,59 |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 2,80 | 11,88 | 5,50 | 119,60 |
| Тефтели с соусом | 60/50 | 11,26 | 20,83 | 14,00 | 286,00 |
| Картофельное пюре | 180 | 6,00 | 10,08 | 35,28 | 254,40 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из яблок (свежих или сушёных) | 200 | 0,20 | 0,20 | 24,84 | 103,10 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Пряник школьный | 50 | 2,98 | 2,94 | 39,45 | 194,48 | 61,33 |
| Молоко пастеризованное йодированное | 200 | 5,60 | 6,40 | 9,40 | 116,00 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Пряник школьный | 50 | 2,98 | 2,94 | 39,45 | 194,48 | 71,29 |
| Молоко пастеризованное йодированное | 200 | 5,60 | 6,40 | 9,40 | 116,00 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 5 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным | 200/15 | 9,30 | 10,98 | 56,87 | 366,81 | 81,76 |
| Печенье | 30 | 1,66 | 2,16 | 16,37 | 91,74 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с молоком и сахаром | 200 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным | 250/15 | 10,51 | 12,36 | 64,14 | 413,73 | 95,08 |
| Печенье | 30 | 1,66 | 2,16 | 16,37 | 91,74 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с молоком и сахаром | 200 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы свежие порционно | 60 | 0,48 | 0,01 | 1,68 | 9,00 | 122,66 |
| Суп картофельный с горохом | 200 | 4,90 | 4,57 | 21,26 | 143,00 |
| Котлета из рыбы «Любительская» | 80 | 12,30 | 11,37 | 5,60 | 174,56 |
| Рис отварной с овощами | 150 | 3,22 | 3,56 | 29,90 | 162,01 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |  |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы свежие порционно | 100 | 0,80 | 0,06 | 2,80 | 15,00 | 142,59 |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 6,10 | 5,10 | 24,10 | 163,07 |
| Котлета из рыбы «Любительская» | 100 | 15,38 | 14,22 | 7,00 | 218,20 |
| Рис отварной с овощами | 180 | 3,86 | 4,27 | 35,88 | 194,41 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |  |

**ПОЛДНИК 7-11**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 | 61,33 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 | 71,29 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 6 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Суп молочный с гречневой крупой | 200 | 5,37 | 7,21 | 19,44 | 165,72 | 81,76 |
| Сыр порционно | 20 | 5,20 | 5,36 | 0,06 | 140,80 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Суп молочный с гречневой крупой | 250 | 8,41 | 9,02 | 24,30 | 207,16 | 95,08 |
| Сыр порционно | 20 | 5,20 | 5,36 | 0,06 | 140,80 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Горошек консервированный | 60 | 2,16 | 0,06 | 5,88 | 33,00 | 122,66 |
| Суп летний с овощами | 200 | 2,81 | 4,37 | 10,31 | 91,88 |
| Птица отварная с маслом сливочным | 80/10 | 19,45 | 21,90 | 1,06 | 276,37 |
| Каша перловая рассыпчатая | 150 | 4,72 | 5,63 | 36,95 | 206,34 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,32 | 0,10 | 17,75 | 69,90 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Горошек консервированный | 100 | 3,60 | 0,10 | 9,80 | 55,00 | 142,59 |
| Суп летний с овощами | 250 | 3,51 | 5,46 | 12,88 | 114,85 |
| Птица отварная с маслом сливочным | 100/10 | 26,75 | 30,12 | 1,47 | 380,02 |
| Каша перловая рассыпчатая | 180 | 5,66 | 6,75 | 44,34 | 247,60 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,32 | 0,10 | 17,75 | 69,90 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка дорожная йодированная | 75 | 4,48 | 9,61 | 43,37 | 275,40 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка дорожная йодированная | 75 | 4,48 | 9,61 | 43,37 | 275,40 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 1 день

**ЗАВТАРК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша «Дружба» с маслом сливочным | 200/15 | 5,57 | 16,07 | 43,26 | 336,26 | 81,76 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 15/10/20 | 6,49 | 13,71 | 7,39 | 180,70 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Какао с молоком | 200 | 4,98 | 5,04 | 22,66 | 155,10 |

**ЗАВТАРК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша «Дружба» с маслом сливочным | 250/15 | 6,80 | 19,80 | 53,32 | 415,00 | 95,08 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 15/10/20 | 6,49 | 13,71 | 7,39 | 180,70 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Какао с молоком | 200 | 4,98 | 5,04 | 22,66 | 155,10 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Помидоры свежие порционно | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,22 | 12,00 | 122,66 |
| Суп с рыбными консервами | 200 | 4,98 | 10,44 | 12,11 | 162,14 |
| Азу | 200 | 23,80 | 28,40 | 20,40 | 428,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Помидоры свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,70 | 20,00 | 142,59 |
| Суп с рыбными консервами | 250 | 6,20 | 13,05 | 15,13 | 202,67 |
| Азу | 250 | 29,75 | 35,50 | 25,50 | 535,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка домашняя йодированная | 75 | 6,46 | 12,31 | 64,37 | 391,53 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка домашняя йодированная | 75 | 6,46 | 12,31 | 64,37 | 391,53 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 2 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Лапшевник с творогом , с молоком сгущенным | 180/20 | 17,70 | 8,85 | 48,29 | 342,99 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |
| Мандарин | 75 | 0,60 | 0,15 | 5,63 | 24,75 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Лапшевник с творогом , с молоком сгущенным | 220/20 | 21,24 | 10,62 | 57,98 | 411,58 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |
| Мандарин | 75 | 0,60 | 0,15 | 5,63 | 24,75 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы соленые | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,60 | 122,66 |
| Суп картофельный с фасолью и сметаной | 200/10 | 1,93 | 6,13 | 8,52 | 97,38 |
| Плов из филе птицы | 200 | 20,37 | 10,23 | 46,05 | 359,24 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,60 | 0,00 | 28,40 | 120,00 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 11,00 | 142,59 |
| Суп картофельный с фасолью и сметаной | 250/10 | 2,38 | 7,58 | 10,54 | 120,56 |
| Плов из филе птицы | 250 | 25,46 | 12,78 | 57,56 | 449,05 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,60 | 0,00 | 28,40 | 120,00 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка «Гребешок» йодированная | 75 | 4,50 | 4,72 | 38,32 | 218,98 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка «Гребешок» йодированная | 75 | 4,50 | 4,72 | 38,32 | 218,98 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 3 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным | 180/5 | 24,11 | 32,51 | 4,10 | 413,21 | 81,76 |
| Печенье | 30 | 1,66 | 2,16 | 16,37 | 91,74 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным | 220/20 | 21,24 | 10,62 | 57,98 | 411,58 | 95,08 |
| Печенье | 30 | 1,66 | 2,16 | 16,37 | 91,74 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Горошек консервированный | 60 | 2,16 | 0,06 | 5,88 | 33,00 | 122,66 |
| Суп картофельный с рисом и субпродуктами из птицы | 200/10 | 3,56 | 4,49 | 124,21 | 112,46 |
| Поджарка из свинины | 80 | 15,29 | 5,30 | 6,67 | 149,20 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,24 | 4,65 | 34,88 | 205,50 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Напиток из облепихи | 200 | 0,30 | 1,35 | 26,35 | 120,00 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Горошек консервированный | 100 | 3,60 | 0,10 | 9,80 | 55,00 | 142,59 |
| Суп картофельный с рисом и субпродуктами из птицы | 250/10 | 4,43 | 5,86 | 17,57 | 141,91 |
| Поджарка из свинины | 100 | 19,11 | 6,26 | 8,33 | 186,50 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,20 | 5,58 | 41,85 | 246,60 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Напиток из облепихи | 200 | 0,30 | 1,35 | 26,35 | 120,00 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Пряник школьный | 50 | 2,98 | 2,94 | 39,45 | 194,48 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Пряник школьный | 50 | 2,98 | 2,94 | 39,45 | 194,48 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром | 200 | 1,20 | 0,40 | 18,00 | 78,00 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 4 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша пшенная с маслом сливочным | 200/15 | 9,43 | 16,37 | 56,72 | 408,73 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,14 | 2,48 | 27,07 | 136,14 |
| Яблоко | 90 | 0,36 | 0,18 | 17,18 | 63,90 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Каша пшенная с маслом сливочным | 250/15 | 10,60 | 18,50 | 44,19 | 390,48 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,14 | 2,48 | 27,07 | 136,14 |
| Яблоко | 90 | 0,36 | 0,18 | 17,18 | 63,90 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы свежие порционно | 60 | 0,48 | 0,01 | 1,68 | 9,00 | 122,66 |
| Борщ из свежей капусты со сметаной | 200/10 | 1,76 | 6,10 | 10,98 | 106,52 |
| Котлета рубленая из филе птицы | 80 | 15,05 | 12,85 | 6,28 | 205,75 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,90 | 3,45 | 32,40 | 177,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из яблок (свежих или сушёных) | 200 | 0,20 | 0,20 | 24,84 | 103,10 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Огурцы свежие порционно | 100 | 0,80 | 0,06 | 2,80 | 15,00 | 142,59 |
| Борщ из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 2,18 | 7,55 | 13,59 | 131,80 |
| Котлета рубленая из филе птицы | 100 | 18,82 | 16,07 | 7,85 | 256,97 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,28 | 4,14 | 38,88 | 212,40 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из яблок (свежих или сушёных) | 200 | 0,20 | 0,20 | 24,84 | 103,10 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Печенье | 30 | 1,66 | 2,16 | 16,37 | 91,74 | 61,33 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Печенье | 30 | 1,66 | 2,16 | 16,37 | 91,74 | 71,29 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,08 | 60,19 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 5 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Суп молочный с вермишелью | 200 | 4,40 | 3,80 | 15,80 | 116,60 | 81,76 |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 5,50 | 4,75 | 19,75 | 145,00 | 95,08 |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,40 | 0,20 | 14,20 | 56,00 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Кукуруза консервированная | 60 | 1,32 | 1,44 | 6,72 | 34,80 | 122,66 |
| Солянка из птицы со сметаной | 200/10 | 4,25 | 5,52 | 5,05 | 87,86 |
| Рыба тушёная с овощами | 80 | 9,03 | 20,84 | 5,52 | 245,05 |
| Картофельное пюре | 150 | 5,0 | 8,40 | 29,40 | 212,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Кукуруза консервированная | 100 | 2,20 | 2,40 | 11,20 | 58,00 | 142,59 |
| Солянка из птицы со сметаной | 250/10 | 5,21 | 6,77 | 6,19 | 107,82 |
| Рыба тушёная с овощами | 100 | 11,29 | 26,06 | 6,90 | 306,32 |
| Картофельное пюре | 180 | 6,00 | 10,08 | 35,28 | 254,40 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,40 | 90,00 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Крендель сахарный | 75 | 5,39 | 9,95 | 45,95 | 294,55 | 61,33 |
| Молоко пастеризованное йодированное | 200 | 5,60 | 6,40 | 9,40 | 116,00 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Крендель сахарный | 75 | 5,39 | 9,95 | 45,95 | 294,55 | 71,29 |
| Молоко пастеризованное йодированное | 200 | 5,60 | 6,40 | 9,40 | 116,00 |

МЕНЮ на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 6 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Манник с повидлом | 220/30 | 11,62 | 21,24 | 87,18 | 592,62 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Манник с повидлом | 220/30 | 11,62 | 21,24 | 87,18 | 592,62 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 |

**ОБЕД 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Салат из помидоров и огурцов | 60 | 0,53 | 5,04 | 1,81 | 54,70 | 122,66 |
| Салат картофельный с крупой | 200 | 2,02 | 3,37 | 14,49 | 96,39 |
| Рагу из овощей с мясом птицы | 200 | 17,81 | 10,84 | 15,14 | 234,39 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из цитрусовых с яблоками | 200 | 0,64 | 0,29 | 28,48 | 118,80 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Салат из помидоров и огурцов | 100 | 0,88 | 8,40 | 3,01 | 91,16 | 142,59 |
| Салат картофельный с крупой | 250 | 2,52 | 4,21 | 18,11 | 120,48 |
| Рагу из овощей с мясом птицы | 250 | 22,26 | 13,55 | 18,92 | 292,98 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 |
| Компот из цитрусовых с яблоками | 200 | 0,64 | 0,29 | 28,48 | 118,80 |

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка дорожная йодированная | 75 | 4,48 | 9,61 | 43,37 | 275,40 | 61,33 |
| Чай черный с молоком и сахаром | 200 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
| Булочка дорожная йодированная | 75 | 4,48 | 9,61 | 43,37 | 275,40 | 71,29 |
| Чай черный с молоком и сахаром | 200 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |