

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ОШ



МЕНЮ на 20.10 2021г.

Организованное питание  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 3 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суп молочный с гречневой крупой	250	7,1	6,65	32,4	166,38	65,58
Бутерброд с маслом и сыром	15.10.2020	5,55	11,1	12,8	170	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Чай с сахаром (каркаде)	200	1,38	1,4	108,17	56,44	

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суп молочный с гречневой крупой	300	8,52	7,98	38,88	199,66	76,26
Бутерброд с маслом и сыром	15.10.2020	5,55	11,1	12,8	170	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Чай с сахаром (каркаде)	200	1,38	1,4	108,17	56,44	

**ОБЕД 7-11 лет**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидор в нарезке	60	1,18	2,88	5,46	13,52	98,39
Суп с рыбными консервами	200	15,48	8,78	20,44	228,12	
Картофельное пюре	150	2,37	4,9	15,45	115,71	
Голубцы ленивые в соусе	80/50	7,96	14,65	8,5	199,43	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Хлеб ржаной	30	3,5	2,9	4,3	58	
Напиток из шиповника	200	1,56	1,14	89,08	78,46	

**ОБЕД 12 лет и старше**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидор в нарезке	100	1,96	4,8	9,1	22,5	114,37
Суп с рыбными консервами	250	19,35	10,98	25,55	285,15	
Картофельное пюре	150	2,37	4,9	15,45	115,71	
Голубцы ленивые в соусе	80/50	7,96	14,65	8,5	199,43	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Хлеб ржаной	40	4,7	3,9	5,7	77,3	
Напиток из шиповника	200	1,56	1,14	89,08	78,46	

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	1,9	1,96	106,44	64,48	49,19
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье и др.)	80	1,66	2,16	16,37	91,74	
Апельсин	100	0,3	0	8,6	96	

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Чай с сахаром и лимоном	200	1,9	2	106,4	64,48	57,19
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье и др.)	80	1,66	2,16	16,37	91,74	
Апельсин	150	0,45	0	12,9	144	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ \_\_\_\_\_

*Жол*  
5

