

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ОШ

141
Метов



МЕНЮ на *3.12* 2021г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 5 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка из творога с повидлом	200/30	38,2	13,96	119,07	407,77	65,58
Мандарин	75	0,23	0	6,45	30	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Чай с сахаром	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.
Запеканка из творога с повидлом	250/30	46,5	16,99	144,95	496,42	76,26
Мандарин	75	0,23	0	6,45	72	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Чай с сахаром	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.
Огурец свежий в нарезке	60	0,42	0,06	1,12	6,46	98,39
Борщ из св капусты со сметаной	200/10	3,65	11,21	21,8	202,23	
Филе птицы в соусе с томатом	50/50	13,46	17,78	2,55	223,66	
Макаронные изделия отварные	150	15,02	12,78	95,88	559,02	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Хлеб ржаной	30	3,5	2,9	4,3	58	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурец свежий в нарезке	100	0,7	0,13	1,86	10,6	114,37
Борщ из св капусты со сметаной	250/10	4,52	13,88	26,99	250,38	
Филе птицы в соусе с томатом	50/50	13,46	17,78	2,55	223,66	
Макаронные изделия отварные	150	15,02	12,78	95,88	559,02	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Хлеб ржаной	40	4,7	3,9	5,7	77,3	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Чай с молоком	200	2,74	2,54	110,6	81,44	49,19
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье и др.)	80	1,66	2,16	16,37	91,74	
Яблоко	75	2,4	0,8	36,6	153,6	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Чай с молоком	200	2,74	2,54	110,6	81,44	57,19
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье и др.)	80	1,66	2,16	16,37	91,74	
Яблоко	150	4,8	1,6	67,2	307,2	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

Кол