

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР СШ



МЕНЮ на 30.12 2021г.

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 пшеничная с маслом	220/15	10,6	16,73	145,6	394,7	65,58
Печенье	30	1,66	2,16	16,37	91,74	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	3,66	3,34	101,58	96,46	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша пшеничная с маслом	250/15	11,95	18,87	164,2	445,08	76,26
Печенье	30	1,66	2,16	16,37	91,74	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	3,66	3,34	101,58	96,46	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	60	1,86	0,12	4,14	24	98,39
Солянка с птицей со сметаной	200/10/10	3,07	6,26	3,47	142,4	
Рыба в омлете (минтай)	80	8,8	14,88	13,04	224	
Рис отварной с овощами	150	1,49	3,5	12,62	88,32	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Хлеб ржаной	30	3,5	2,9	4,3	58	
Компот из сухофруктов	200	1,34	1,28	101,88	108,82	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	100	31	0,2	6,5	40	114,37
Солянка с птицей, со сметаной	250/10/10	3,8	7,75	4,3	178	
Рыба в омлете (минтай)	80	8,8	14,88	13,04	224	
Рис отварной с овощами	150	1,49	3,5	12,62	88,32	
Хлеб пшеничный	30	1,41	0,21	14,7	64,2	
Хлеб ржаной	40	4,7	3,9	5,7	77,3	
Компот из сухофруктов	200	1,34	1,28	101,88	108,82	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кисломолочный продукт	195	4,23	4,67	5,84	86,14	49,19
Пирожок печеный из сдобного теста с овощным фаршем	75	2,26	2,95	22,32	125,1	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кисломолочный продукт	195	4,23	4,67	5,84	86,14	57,19
Пирожок печеный из сдобного теста с овощным фаршем	75	2,26	2,95	22,32	125,1	
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье и др.)	80	1,66	2,16	16,37	91,74	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

