

УТВЕРЖДАЮ:
ДИРЕКТОР ЦШ № 141



МЕНЮ на 9.03 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.
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	200/30	34,62	20,09	44,44	495,85	68,13
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	
Яблоко	75	0,30	0,15	14,32	53,25	
Чай черный с лимоном и сахаром	200/7	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.
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	230/30	39,10	22,70	50,23	560,52	79,23
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,60	72,60	
Яблоко	75	0,30	0,15	14,32	53,25	
Чай черный с лимоном и сахаром	200/7	0,40	0,20	14,20	56,00	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидор в нарезке	60	0,66	0,12	2,22	12,00	102,22
Суп овощной со сметаной	200/10	3,68	5,60	12,72	106,60	
Рис отварной	150	3,30	0,75	37,35	89,90	
Поджарка из рыбы (горбуша)	50/15	12,57	21,64	5,28	268,20	
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	
Хлеб ржаной	30	3,90	0,90	12,00	75,00	
Напиток из свежих ягод	200	0,16	0,10	22,20	90,00	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидор в нарезке	100	1,10	0,20	3,70	20,00	118,83
Суп овощной со сметаной	250/10	4,50	6,90	15,70	131,98	
Рис отварной	150	3,30	0,75	37,35	89,90	
Поджарка из рыбы (горбуша)	50/15	12,57	21,64	5,28	268,20	
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,60	72,60	
Хлеб ржаной	40	5,20	1,20	16,00	100,00	
Напиток из свежих ягод	200	0,16	0,10	22,20	90,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	90,00	51,11
Мандарин	75	0,60	0,15	5,63	24,75	
Бутерброд с джемом или с повидлом	70	3,78	0,46	37,94	176,38	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	90,00	59,41
Мандарин	150	1,20	0,30	11,26	49,50	
Бутерброд с джемом или с повидлом	70	3,78	0,46	37,94	176,38	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ