

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 141



МЕНЮ на 6.04 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