

МЕНЮ (Циклическое меню)

03/10/2024 : 4 д

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
<b>Комплекс завтрак с 1-4 классы (6/1)</b> =593ккал	1шт	79.20	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-27
Огурец свежий 4ккал	29гр	4-29	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	38-66	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-15
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	22-87	<b>Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 1 смена (6/1)</b> =1033ккал	1шт	152.00
Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58	Огурец свежий 4ккал	29гр	4-29
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	8-25	Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-34
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	38-66
<b>Комплекс обед с 1-4 классы (6/1)</b> =702ккал	1шт	97.70	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	22-87
Огурец свежий 5ккал	36гр	5-28	Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58
Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-34	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	38-66	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-15
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	22-87	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-27
Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58	Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	8-25
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-27	Калач "Сметанный" 199ккал	75гр	16-38
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Свежие фрукты. 47ккал	100гр	30-66
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-15	<b>Комплекс ОБЗ с 7-11 лет 2 смена (6/1)</b> =1034ккал	1шт	152.00
<b>Комплекс Отдельные Категории 1 смена (6/1)</b> =594ккал	1шт	81.20	Огурец свежий 5ккал	36гр	5-28
Огурец свежий 5ккал	40гр	6-29	Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-34
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	38-66	Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	38-66
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	22-87	Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	22-87
Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58	Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	8-25	Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-27
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55
<b>Комплекс Отдельные Категории 2 смена (6/1)</b> =704ккал	1шт	99.50	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-15
Огурец свежий 7ккал	50гр	7-08	Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	8-25
Суп из овощей со сметаной 69ккал	200/10гр	12-34	Калач "Сметанный" 199ккал	75гр	16-38
Котлета рыбная из горбуши. 201ккал	90гр	38-66	Свежие фрукты.. 47ккал	100гр	29-67
Рис припущенный с кукурузой 197ккал	150гр	22-87	<b>Комплекс ОБЗ с 12 лет 1 смена (6/1)</b> =1117ккал	1шт	166.00
Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58	Огурец свежий 4ккал	29гр	4-29

Наименование	выход	цена	Наименование	выход	цена
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	42-26			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	28-48			
Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58			
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	8-25			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Суп из овощей со сметаной. 88ккал	250/10гр	14-37			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-27			
Калач "Сметанный" 199ккал	75гр	16-38			
Свежие фрукты~ 47ккал	100гр	33-02			
<b>Комплекс ОВЗ с 12 лет 2 смена (6/1)</b> =1137ккал	1шт	166.00			
Огурец свежий 5ккал	36гр	5-28			
Суп из овощей со сметаной. 88ккал	250/10гр	14-37			
Котлета рыбная из горбуши 208ккал	100гр	42-26			
Рис припущенный с кукурузой. 240ккал	180гр	28-48			
Соус сметанный 32ккал	30гр	3-58			
Напиток "Витошка" (витамины и кальций) 67ккал	200гр	12-27			
Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия 73ккал	30гр	1-55			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия 58ккал	30гр	1-15			
Чай с натуральным молоком 86ккал	200гр	8-25			
Калач "Сметанный" 199ккал	75гр	16-38			
Свежие фрукты , 47ккал	100гр	32-43			

Директор

Заведующий производством

# МЕНЮ (Цикличное меню )

03/10/2024 : 4 д

Наименование		
	выход	цена
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА</b>		
<b>Салат из белокочанной капусты со свежим помидором</b> [85ккал,белки:1.5,жиры:5.0,углеводы:9.0,Са:41.5,Мг:13.8,Р:25.7,С:37.5]	100гр	10-52
<b>Салат из курицы со свежим огурцом и сыром</b> [221ккал,белки:12.5,жиры:14.2,углеводы:1.4,Са:109.0,Мг:10.9,Р:100.8,А:64.4,С:1.8]	100гр	47-38
<b>Салат из морской капусты с яйцом</b> [205ккал,белки:3.2,жиры:19.3,углеводы:5.0,Са:11.0,Мг:2.0,Р:38.0,А:50.0]	100гр	40-77
<b>Минтай запечённый в сметанном соусе</b> [136ккал,белки:9.8,жиры:7.1,углеводы:3.9,Са:30.0,Мг:32.1,Р:144.8,А:12.5]	50/30гр	30-63
<b>Печень, тушеная в соусе</b> [182ккал,белки:13.8,жиры:10.2,углеводы:8.9,Са:22.3,Мг:13.8,Р:235.3,Fe:4.1,А:5833.5,Е:1.0,С:23.0]	50/50гр	46-09
<b>Тефтели мясные с соусом.</b> [286ккал,белки:10.7,жиры:18.0,углеводы:20.3,Са:18.6,Мг:25.6,Р:136.6,А:1.5,С:4.7]	90/30гр	51-41
<b>Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной</b> [179ккал,белки:11.8,жиры:13.8,углеводы:2.7,Са:61.6,Мг:3.3,Р:47.7,А:32.9]	75гр	47-53
<b>Горох отварной со сливочным маслом</b> [144ккал,белки:9.6,жиры:2.9,углеводы:20.0,Са:54.5,Мг:43.8,Р:138.0,Fe:2.4,А:12.4]	150гр	12-89
<b>Капуста тушеная</b> [88ккал,белки:2.7,жиры:3.6,углеводы:11.7,Са:66.8,Мг:22.8,Р:46.3,С:59.2]	150гр	18-12
<b>Компот из свежих яблок</b> [70ккал,белки:0.1,жиры:0.1,углеводы:17.4,Са:4.4,Мг:2.2,Р:2.9,С:2.9]	200гр	15-87
<b>Пирог с мясом и капустой</b> [177ккал,белки:5.1,жиры:7.7,углеводы:21.7,Са:23.1,Мг:10.0,Р:62.0,А:8.1,С:4.7]	75гр	25-28
<b>Сосиска в тесте</b> [216ккал,белки:5.6,жиры:10.4,углеводы:24.6,Са:25.0,Мг:10.6,Р:74.4,А:9.5]	75гр	22-43
<b>Булочка с маком</b> [228ккал,белки:5.0,жиры:9.0,углеводы:31.8,Са:76.3,Мг:21.9,Р:84.9,А:12.4]	75гр	16-80
<b>Булочка с повидлом</b> [234ккал,белки:3.6,жиры:7.8,углеводы:37.7,Са:20.3,Мг:7.7,Р:45.6,А:9.1]	75гр	15-22
<b>Кекс "Творожный"</b> [228ккал,белки:5.3,жиры:9.9,углеводы:29.8,Са:24.9,Мг:5.9,Р:56.4,А:22.0,Е:2.9]	75гр	23-26
<b>Угольник с клубникой</b> [182ккал,белки:3.3,жиры:5.7,углеводы:29.5,Са:22.9,Мг:8.7,Р:44.8,А:9.2,С:5.6]	75гр	18-32

Директор \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

03/10/2024