

## МЕНЮ (Циклическое меню)

20/02/2025 : 4 д

| Наименование                                             | выход    | цена   | Наименование                                             | выход    | цена   |
|----------------------------------------------------------|----------|--------|----------------------------------------------------------|----------|--------|
| (6/1)Комплекс завтрак с 1-4<br>классы =607ккал           | 1шт      | 88.00  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Огурец свежий 3ккал                                      | 24гр     | 12-33  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>йодатом калия 58ккал | 30гр     | 1-26   |
| Котлета рыбная. 249ккал                                  | 90гр     | 41-16  | (6/1)Комплекс Многодетные семьи<br>1 смена =674ккал      | 1шт      | 90.00  |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал                      | 150гр    | 26-86  | Огурец свежий 1ккал                                      | 10гр     | 3-34   |
| Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   | Котлета рыбная 275ккал                                   | 100гр    | 45-62  |
| Чай с сахаром 55ккал                                     | 200гр    | 3-08   | Рис припущенный с кукурузой. 240ккал                     | 180гр    | 33-39  |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   | Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   |
| (6/1)Комплекс обед с 1-4 классы<br>=759ккал              | 1шт      | 108.00 | Чай с сахаром 55ккал                                     | 200гр    | 3-08   |
| Огурец свежий 1ккал                                      | 11гр     | 5-60   | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Суп из овощей со сметаной 84ккал                         | 200/10гр | 17-09  | (6/1)Комплекс Многодетные семьи<br>2 смена =788ккал      | 1шт      | 110.00 |
| Котлета рыбная. 249ккал                                  | 90гр     | 41-16  | Суп из овощей со сметаной. 88ккал                        | 250/10гр | 20-23  |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал                      | 150гр    | 26-86  | Котлета рыбная 275ккал                                   | 100гр    | 45-62  |
| Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   | Рис припущенный с кукурузой 197ккал                      | 150гр    | 26-86  |
| Напиток "Витошка" (витамины и<br>кальций) 67ккал         | 200гр    | 11-46  | Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   | Напиток "Витошка" (витамины и<br>кальций) 67ккал         | 200гр    | 11-46  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>йодатом калия 58ккал | 30гр     | 1-26   | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| (6/1)Комплекс Отдельные<br>Категории 1 смена =674ккал    | 1шт      | 90.00  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>йодатом калия 58ккал | 30гр     | 1-26   |
| Огурец свежий 1ккал                                      | 10гр     | 3-34   | (6/1) ОВЗ с 7-11 лет (1-4) 1 смена =878ккал              |          | 152.00 |
| Котлета рыбная 275ккал                                   | 100гр    | 45-62  | Завтрак =607ккал                                         | 1шт      | 88.00  |
| Рис припущенный с кукурузой. 240ккал                     | 180гр    | 33-39  | Огурец свежий 3ккал                                      | 24гр     | 12-33  |
| Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   | Котлета рыбная. 249ккал                                  | 90гр     | 41-16  |
| Чай с сахаром 55ккал                                     | 200гр    | 3-08   | Рис припущенный с кукурузой 197ккал                      | 150гр    | 26-86  |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   | Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   |
| (6/1)Комплекс Отдельные<br>Категории 2 смена =788ккал    | 1шт      | 110.00 | Чай с сахаром 55ккал                                     | 200гр    | 3-08   |
| Суп из овощей со сметаной. 88ккал                        | 250/10гр | 20-23  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Котлета рыбная 275ккал                                   | 100гр    | 45-62  | 2 прием пищи =271ккал                                    | 1шт      | 64.00  |
| Рис припущенный с кукурузой 197ккал                      | 150гр    | 26-86  | Суп из овощей со сметаной 84ккал                         | 200/10гр | 17-09  |
| Соус молочный 30ккал                                     | 30гр     | 2-82   | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия 73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Напиток "Витошка" (витамины и<br>кальций) 67ккал         | 200гр    | 11-46  | Напиток "Витошка" (витамины и<br>кальций) 67ккал         | 200гр    | 11-46  |



| Наименование                                             | выход    | цена   | Наименование                                             | выход    | цена   |
|----------------------------------------------------------|----------|--------|----------------------------------------------------------|----------|--------|
| Свежие фрукты.<br>47ккал                                 | 1шт      | 33-70  | Котлета рыбная<br>275ккал                                | 100гр    | 45-62  |
| (6/1) ОВЗ с 7-11 лет (5-11) 1 смена =945ккал             |          | 152.00 | Рис припущенный с кукурузой<br>197ккал                   | 150гр    | 26-86  |
| Завтрак<br>=674ккал                                      | 1шт      | 90.00  | Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   |
| Огурец свежий<br>1ккал                                   | 10гр     | 3-34   | Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  |
| Котлета рыбная<br>275ккал                                | 100гр    | 45-62  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Рис припущенный с кукурузой.<br>240ккал                  | 180гр    | 33-39  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал | 30гр     | 1-26   |
| Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   | Полдник<br>=273ккал                                      | 1шт      | 42.00  |
| Чай с сахаром<br>55ккал                                  | 200гр    | 3-08   | Чай с сахаром<br>55ккал                                  | 200гр    | 3-08   |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   | Пирог с картофелем<br>171ккал                            | 75гр     | 15-50  |
| Обед<br>=271ккал                                         | 1шт      | 62.00  | Свежие фрукты*<br>47ккал                                 | 1шт      | 23-42  |
| Суп из овощей со сметаной<br>84ккал                      | 200/10гр | 17-09  | (6/1) ОВЗ с 12 лет и ст. (1-4 кл) 1 смена =1053ккал      |          | 166.00 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   | Завтрак<br>=607ккал                                      | 1шт      | 88.00  |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  | Огурец свежий<br>3ккал                                   | 24гр     | 12-33  |
| Свежие фрукты~<br>47ккал                                 | 1шт      | 31-70  | Котлета рыбная.<br>249ккал                               | 90гр     | 41-16  |
| (6/1) ОВЗ с 7-11 лет (1-4 класс) 2 смена =1032ккал       |          | 152.00 | Рис припущенный с кукурузой<br>197ккал                   | 150гр    | 26-86  |
| Обед<br>=759ккал                                         | 1шт      | 108.00 | Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   |
| Огурец свежий<br>1ккал                                   | 11гр     | 5-60   | Чай с сахаром<br>55ккал                                  | 200гр    | 3-08   |
| Суп из овощей со сметаной<br>84ккал                      | 200/10гр | 17-09  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Котлета рыбная.<br>249ккал                               | 90гр     | 41-16  | 2 прием пищи<br>=446ккал                                 | 1шт      | 78.00  |
| Рис припущенный с кукурузой<br>197ккал                   | 150гр    | 26-86  | Суп из овощей со сметаной.<br>88ккал                     | 250/10гр | 20-23  |
| Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  | Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   | Пирог с картофелем<br>171ккал                            | 75гр     | 15-50  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал | 30гр     | 1-26   | Свежие фрукты..<br>47ккал                                | 1шт      | 29-06  |
| Полдник<br>=273ккал                                      | 1шт      | 44.00  | (6/1) ОВЗ с 12 лет и ст.(5-11 кл) 1 смена =1120ккал      |          | 166.00 |
| Чай с сахаром<br>55ккал                                  | 200гр    | 3-08   | Завтрак<br>=674ккал                                      | 1шт      | 90.00  |
| Пирог с картофелем<br>171ккал                            | 75гр     | 15-50  | Огурец свежий<br>1ккал                                   | 10гр     | 3-34   |
| Свежие фрукты><br>47ккал                                 | 1шт      | 25-42  | Котлета рыбная<br>275ккал                                | 100гр    | 45-62  |
| (6/1) ОВЗ с 7-11 лет (5-11 класс) 2 смена =1061ккал      |          | 152.00 | Рис припущенный с кукурузой.<br>240ккал                  | 180гр    | 33-39  |
| Обед<br>=788ккал                                         | 1шт      | 110.00 | Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   |
| Суп из овощей со сметаной.<br>88ккал                     | 250/10гр | 20-23  | Чай с сахаром<br>55ккал                                  | 200гр    | 3-08   |



| Наименование                                             | выход    | цена   | Наименование                  | выход | цена  |
|----------------------------------------------------------|----------|--------|-------------------------------|-------|-------|
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   | Чай с сахаром<br>55ккал       | 200гр | 3-08  |
| 2 прием пищи<br>=446ккал                                 | 1шт      | 76.00  | Пирог с картофелем<br>171ккал | 75гр  | 15-50 |
| Суп из овощей со сметаной.<br>88ккал                     | 250/10гр | 20-23  | Свежие фрукты"<br>47ккал      | 1шт   | 37-42 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   |                               |       |       |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  |                               |       |       |
| Пирог с картофелем<br>171ккал                            | 75гр     | 15-50  |                               |       |       |
| Свежие фрукты^<br>47ккал                                 | 1шт      | 27-06  |                               |       |       |
| (6/1) ОВЗ с 12 лет и ст.(1-4 кл) 2 смена<br>=1032ккал    |          | 166.00 |                               |       |       |
| Обед<br>=759ккал                                         | 1шт      | 108.00 |                               |       |       |
| Огурец свежий<br>1ккал                                   | 11гр     | 5-60   |                               |       |       |
| Суп из овощей со сметаной<br>84ккал                      | 200/10гр | 17-09  |                               |       |       |
| Котлета рыбная.<br>249ккал                               | 90гр     | 41-16  |                               |       |       |
| Рис припущенный с кукурузой<br>197ккал                   | 150гр    | 26-86  |                               |       |       |
| Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   |                               |       |       |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  |                               |       |       |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   |                               |       |       |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал | 30гр     | 1-26   |                               |       |       |
| Полдник<br>=273ккал                                      | 1шт      | 58.00  |                               |       |       |
| Чай с сахаром<br>55ккал                                  | 200гр    | 3-08   |                               |       |       |
| Пирог с картофелем<br>171ккал                            | 75гр     | 15-50  |                               |       |       |
| Свежие фрукты`<br>47ккал                                 | 1шт      | 39-42  |                               |       |       |
| (6/1) ОВЗ с 12 лет и ст.(5-11 кл) 2 смена<br>=1093ккал   |          | 166.00 |                               |       |       |
| Обед<br>=788ккал                                         | 1шт      | 110.00 |                               |       |       |
| Суп из овощей со сметаной.<br>88ккал                     | 250/10гр | 20-23  |                               |       |       |
| Котлета рыбная<br>275ккал                                | 100гр    | 45-62  |                               |       |       |
| Рис припущенный с кукурузой<br>197ккал                   | 150гр    | 26-86  |                               |       |       |
| Соус молочный<br>30ккал                                  | 30гр     | 2-82   |                               |       |       |
| Напиток "Витошка" (витамины и кальций)<br>67ккал         | 200гр    | 11-46  |                               |       |       |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр     | 1-75   |                               |       |       |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал | 30гр     | 1-26   |                               |       |       |
| Полдник<br>=305ккал                                      | 1шт      | 56.00  |                               |       |       |

| Наименование | выход | цена | Наименование | выход | цена |
|--------------|-------|------|--------------|-------|------|
|--------------|-------|------|--------------|-------|------|

Директор

Заведующий производством

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## МЕНЮ (Цикличное меню )

20/02/2025 : 4 д

| Наименование                                                                                                                          |         |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|
|                                                                                                                                       | выход   | цена  |
| <b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                           |         |       |
| <b>Салат из морской капусты с яйцом</b><br>[205ккал,белки:3.2,жиры:19.3,углеводы:5.0,Са:11.0,Mg:2.0,P:38.0,A:50.0]                    | 100гр   | 47-41 |
| <b>Салат из курицы со свежим огурцом и сыром</b><br>[221ккал,белки:12.5,жиры:14.2,углеводы:1.4,Са:109.0,Mg:10.9,P:100.8,A:64.4,C:1.8] | 100гр   | 63-64 |
| <b>Салат из белокачанной капусты со свежим помидором</b><br>[85ккал,белки:1.5,жиры:5.0,углеводы:9.0,Са:41.5,Mg:13.8,P:25.7,C:37.5]    | 100гр   | 19-59 |
| <b>Минтай запечённый в сметанном соусе</b><br>[165ккал,белки:12.9,жиры:10.4,углеводы:5.3,Са:44.0,Mg:42.3,P:191.8,A:22.1]              | 50/30гр | 34-16 |
| <b>Тефтели мясные с соусом.</b><br>[286ккал,белки:10.7,жиры:18.0,углеводы:20.3,Са:18.6,Mg:25.6,P:136.6,A:1.5,C:4.7]                   | 90/30гр | 59-76 |
| <b>Печень, тушеная в соусе</b><br>[182ккал,белки:13.8,жиры:10.2,углеводы:8.9,Са:22.3,Mg:13.8,P:235.3,Fe:4.1,A:5833.5,E:1.0,C:23.0]    | 50/50гр | 47-15 |
| <b>Отбивная из курицы в сырной корочке со сметаной</b><br>[184ккал,белки:12.3,жиры:13.8,углеводы:2.7,Са:61.6,Mg:3.3,P:47.7,A:32.9]    | 75гр    | 51-25 |
| <b>Котлета куриная "Ералаш"</b><br>[207ккал,белки:14.2,жиры:14.5,углеводы:6.0,Са:12.7,Mg:7.0,P:33.7,A:22.6,C:1.6]                     | 90гр    | 58-12 |
| <b>Каша молочная пшенная</b><br>[268ккал,белки:8.5,жиры:7.9,углеводы:40.9,Са:132.0,Mg:51.7,P:195.8,A:18.5]                            | 200/5гр | 25-04 |
| <b>Пюре картофельное</b><br>[146ккал,белки:3.6,жиры:5.3,углеводы:20.9,Са:43.6,Mg:30.3,P:91.9,A:22.7,C:23.7]                           | 150гр   | 32-00 |
| <b>Капуста тушеная</b><br>[88ккал,белки:2.7,жиры:3.6,углеводы:11.7,Са:66.8,Mg:22.8,P:46.3,C:59.2]                                     | 150гр   | 27-99 |
| <b>Горох отварной со сливочным маслом</b><br>[144ккал,белки:9.6,жиры:2.9,углеводы:20.0,Са:54.5,Mg:43.8,P:138.0,Fe:2.4,A:12.4]         | 150гр   | 14-56 |
| <b>Сосиска в тесте</b><br>[216ккал,белки:5.6,жиры:10.4,углеводы:24.6,Са:25.0,Mg:10.6,P:74.4,A:9.5]                                    | 75гр    | 20-94 |
| <b>Пирог с мясом и капустой</b><br>[177ккал,белки:5.1,жиры:7.7,углеводы:21.7,Са:23.1,Mg:10.0,P:62.0,A:8.1,C:4.7]                      | 75гр    | 31-93 |
| <b>Угольник с клубникой</b><br>[182ккал,белки:3.3,жиры:5.7,углеводы:29.5,Са:22.9,Mg:8.7,P:44.8,A:9.2,C:5.6]                           | 75гр    | 20-40 |
| <b>Кекс "Творожный"</b><br>[228ккал,белки:5.3,жиры:9.9,углеводы:29.8,Са:24.9,Mg:5.9,P:56.4,A:22.0,E:2.9]                              | 75гр    | 27-46 |
| <b>Булочка со смородиной</b><br>[218ккал,белки:4.0,жиры:6.8,углеводы:35.3,Са:26.9,Mg:11.8,P:54.6,A:11.0,C:22.1]                       | 75гр    | 26-04 |
| <b>Булочка с маком</b><br>[228ккал,белки:5.0,жиры:9.0,углеводы:31.8,Са:76.3,Mg:21.9,P:84.9,A:12.4]                                    | 75гр    | 19-19 |
| <b>Желе вишневое</b><br>[127ккал,белки:4.5,жиры:0.1,углеводы:27.1,Са:42.3,Mg:8.3,P:20.7,C:2.5]                                        | 200гр   | 33-68 |

Директор \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

20/02/2025