

## 26.02.21 меню для свободной продажи

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200/10	<b>Каша кукурузная с м.сл*</b> <i>крупа кукурузная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-337, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-48	<b>17-59</b>
50	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	<b>4-55</b>
200	<b>Чай с молоком сгущ*</b> <i>молоко сгущенное, сахар, чай</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	<b>6-09</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-537, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-89	<b>28-23</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/25	<b>Суп с кетой*</b> <i>картофель, кета, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>18-53</b>
75/25	<b>Голубцы ленивые с/с*</b> <i>говядина, капуста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, крупа рисовая круглозерный, морковь, соль, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-157, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10	<b>24-99</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>13-06</b>
200	<b>Кисель плодоваягодный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>4-26</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-565, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-88	<b>60-84</b>
<b><u>Обед 2</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной*</b> <i>картофель, свекла, огурцы соленые, домашние, лук репчатый, зеленый горошек, морковь, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>8-04</b>
100	<b>Салат бабушкин*</b> <i>огурцы, сосиски, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, яйцо</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-10	<b>24-53</b>
50/25	<b>Говядина отварная с/с</b> <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	<b>42-52</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>53-93</b>
100/25	<b>Отбивная из филе ц.бр.*</b> <i>филе цыплят, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-364, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-12	<b>52-01</b>
75/25	<b>Рыба припущ кета в соусе*</b> <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>58-22</b>
50/25	<b>Язык гов.отв.с/с*</b> <i>язык говяжий замороженный, морковь, лук репчатый, мука, томатная паста, масло растительное рафинированное, сахар, перец чёрный молотый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-218, Белки-20, Жиры-15	<b>65-78</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>10-81</b>
200	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	<b>19-39</b>
200	<b>Компот из вишни*</b> <i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	<b>15-07</b>

200	<b>Компот из брусники*</b> <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>13-03</b>
200/15/7	<b>Чай с сахаром и с лимоном*</b> <i>сахар, лимон, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>4-98</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-2 254, Белки-121, Жиры-112, Углеводы-173	<b>368-31</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100/10	<b>Запеканка из творога *</b> <i>творог, сметана 05л, сахар, крупа манная, яйцо, масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	Калорийность-386, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-59	<b>41-65</b>
100	<b>Сосиска в тесте*</b> <i>яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>36-96</b>
100	<b>Пирожок с картошкой*</b> <i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>17-25</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>17-12</b>
75	<b>Корж молочный</b>	Калорийность-276, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-46	<b>22-10</b>
60	<b>Круассан с вар. сгущ.</b>	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32	<b>29-90</b>
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>23-31</b>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-1 478, Белки-28, Жиры-53, Углеводы-233	<b>209-09</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-4 834, Белки-178, Жиры-200, Углеводы-583	<b>666-47</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О.Самохвалова

**26.02.21 Комплекс бесплатного питания для учащихся начальных классов**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
40	<b>Перец порционно</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>6-00</b>
75/25	<b>Голубцы ленивые с/с*</b> <i>говядина, капуста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, крупа рисовая круглозерный, морковь, соль, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-157, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10	<b>19-24</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>7-48</b>
200	<b>Кисель плодоваягодный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>3-26</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
280	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-24	<b>26-60</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-689, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-119	<b>65-48</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-689, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-119	<b>65-48</b>

**26.02.21 Комплекс бесплатного питания для отдельных категорий обучающихся**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
250/25	<b>Суп с кетой*</b> <i>картофель, кета, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>14-27</b>
75/25	<b>Голубцы ленивые с/с*</b> <i>говядина, капуста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, крупа рисовая круглозерный, морковь, соль, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-157, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10	<b>19-24</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>9-98</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-65</b>
35	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-13	<b>2-03</b>
35	<b>Мини-рулет*</b>	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-20</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-741, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-107	<b>58-37</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-741, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-107	<b>58-37</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О.Самохвалова

**26.02.21 Комплекс бесплатного питания для детей с ОВЗ 7-10 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200/10	<b>Каша кукурузная с м.сл*</b> <i>крупя кукурузная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-337, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-48	<b>13-53</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-65</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-66	<b>16-18</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
40	<b>Фруктовый батончик*</b>	Калорийность-135, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-14	<b>28-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-135, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-14	<b>28-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
40	<b>Перец порционно</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>6-00</b>
250/25	<b>Суп с кетой*</b> <i>картофель, кета, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>14-27</b>
75/25	<b>Голубцы ленивые с/с*</b> <i>говядина, капуста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, крупа рисовая круглозерный, морковь, соль, томатная паста, перец чёрный молотый, лавровый лист, сахар</i>	Калорийность-157, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10	<b>19-24</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>7-48</b>
200	<b>Кисель плодоваягодный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>3-26</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
270	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-105, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23	<b>25-65</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-727, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-120	<b>78-80</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 298, Белки-29, Жиры-40, Углеводы-200	<b>122-98</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О.Самохвалова

**26.02.21 Комплекс бесплатного питания для детей с ОВЗ 11-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200/10	<b>Каша кукурузная с м.сл*</b> <i>крупа кукурузная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-337, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-48	<b>13-53</b>
200	<b>Чай с молоком сгущ*</b> <i>молоко сгущенное, сахар, чай</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	<b>4-70</b>
249	<b>Апельсин*</b>	Калорийность-66, Белки-1, Углеводы-13	<b>34-86</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-489, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-78	<b>53-09</b>
<b><u>Обед</u></b>			
40	<b>Перец порционно</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>6-00</b>
250/25	<b>Суп с кетой*</b> <i>капюфель, кета, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>14-27</b>
75/25	<b>Голубцы ленивые с/с*</b> <i>говядина, капуста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, крупа рисовая круглозерный, морковь, соль, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-157, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10	<b>19-24</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>9-98</b>
200	<b>Кисель плодоваягодный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>3-26</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-681, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-108	<b>55-65</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>18-12</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>13-17</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-225, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-36	<b>31-29</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 395, Белки-33, Жиры-40, Углеводы-222	<b>140-03</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О.Самохвалова