

## 25.02.21 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 пшеничная с м.сл.*</b> <i>пшено, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>18-64</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 Завтрак</b>		Калорийность-318, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-50	<b>23-62</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп из овощей*</b> <i>капуста, картофель, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	<b>12-53</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>
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>Компот из сухофруктов*</b> <i>сахар, компотная смесь весовая</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>3-47</b>
045	<b>Хлеб пшеничный 50г</b>	Калорийность-107, Белки-3, Углеводы-22	<b>2-57</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-520, Белки-30, Жиры-14, Углеводы-61	<b>87-60</b>
<b><u>Обед 2</u></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>
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>
120/25	<b>Голень ц.бр.жареная с/с*</b> <i>голень цыплят, масло растительное рафинированное, лук репчатый, морковь, соль, мука, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-249, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-1	<b>36-08</b>
75/25	<b>Котлета рыбная с/с*</b> <i>кета, мука, масло растительное рафинированное, масло сливочное, морковь, молоко сухое, томатная паста, лук репчатый, сахар, соль, перец чёрный молотый, дрожжи, сырые, лавровый лист</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>53-91</b>
200	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	<b>11-59</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>
75/25	<b>Бифитекс Андрон с/с</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, соль, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-162, Белки-22, Жиры-8	<b>46-95</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, перец чёрный молотый, соль</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>42-21</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>Макаронные изделия отварные*</b>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>13-06</b>

	<i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>		
200	<b>Компот из брусники*</b> <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>7-62</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>
<b>Итого за Обед</b>		<b>2 300</b> , Белки-101, Жиры-99, Углеводы-236	<b>332-38</b>
<b><u>Полдник</u></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>
50	<b>Булочка закусоч*</b> <i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>8-21</b>
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>15-48</b>
30	<b>Колбаса варено/к порциями</b>	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-6	<b>16-99</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>		<b>1 458</b> , Белки-31, Жиры-63, Углеводы-204	<b>208-12</b>
<b>Итого за день</b>		<b>4 596</b> , Белки-170, Жиры-185, Углеводы-551	<b>651-72</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**25.02.21 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>			
20	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-83</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>44-84</b>
150	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	<b>6-24</b>
200	<b>Компот из сухофруктов*</b> <i>сахар, компотная смесь весовая</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>2-71</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
50	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15	<b>6-58</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-500, Белки-31, Жиры-12, Углеводы-66	<b>65-40</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-500, Белки-31, Жиры-12, Углеводы-66	<b>65-40</b>

**25.02.21 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	<b>Суп из овощей*</b> <i>капуста, картофель, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	<b>9-63</b>
75/25	<b>Котлета рыбная с/с*</b> <i>кета, мука, масло растительное рафинированное, масло сливочное, морковь, лук репчатый, сахар, соль, дрожжи, сырые, лавровый лист, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>36-77</b>
200	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	<b>8-90</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-65</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-695, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-105	<b>60-15</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-695, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-105	<b>60-15</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**25.02.21 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 пшеничная с м.сл.*</b> <i>пшено, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>14-34</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-65</b>
50	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	<b>3-50</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-432, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-74	<b>20-49</b>
<b><u>Обед</u></b>			
20	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-83</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>44-84</b>
250	<b>Суп из овощей*</b> <i>капуста, картофель, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	<b>9-64</b>
150	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	<b>6-24</b>
200	<b>Компот из сухофруктов*</b> <i>сахар, компотная смесь весовая</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>2-71</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
50	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15	<b>6-58</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-603, Белки-33, Жиры-17, Углеводы-75	<b>75-04</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>18-12</b>
99	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-39, Углеводы-9	<b>9-40</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-69, Углеводы-15	<b>27-52</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 104, Белки-45, Жиры-28, Углеводы-164	<b>123-05</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О.Самохвалова

**25.02.21 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 пшеничная с м.сл.*</b> <i>пшено, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>14-34</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-65</b>
50	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	<b>3-50</b>
146	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	<b>13-87</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-489, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-87	<b>34-36</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-54</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>44-84</b>
250	<b>Суп из овощей*</b> <i>капуста, картофель, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	<b>9-64</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>8-32</b>
200	<b>Компот из сухофруктов*</b> <i>сахар, компотная смесь весовая</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>2-71</b>
045	<b>Хлеб пшеничный 50г</b>	Калорийность-107, Белки-3, Углеводы-22	<b>1-98</b>
50	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15	<b>6-58</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-624, Белки-32, Жиры-17, Углеводы-77	<b>77-61</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>Итого за день</b>		Калорийность-1 248, Белки-47, Жиры-37, Углеводы-178	<b>139-97</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О.Самохвалова