

27.02.21 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)
<u>Обед</u>			
250	Рассольник домашний* <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, капуста, огурцы соленые, домашние, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	10-63
175	Жаркое по-домашнему <i>картофель, говядина, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-271, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-18	36-67
200	Компот из клубники* <i>клубника, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	9-35
50	Батон нарезной*	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	3-50
Итого за Обед		Калорийность-581, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-78	60-15
Итого за день		Калорийность-581, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-78	60-15

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О.Самохвалова

27.02.21 Меню для свободной продажи

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200/10	Каша манная с м.сл* <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-176, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-21	15-46
200	Кофейный напиток со сгущенным молоком* <i>молоко сгущенное, кофейный напиток</i>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	11-89
50	Батон нарезной*	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	4-55
Итого за Завтрак		Калорийность-408, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-46	31-90
<u>Обед</u>			
250	Рассольник домашний* <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, капуста, огурцы соленые, домашние, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	13-80
175	Жаркое по-домашнему <i>картофель, говядина, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-271, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-18	47-64
200	Компот из клубники* <i>клубника, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	12-16
Итого за Обед		Калорийность-467, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-54	73-60
<u>Обед 2</u>			
100	Салат бабушкин* <i>огурцы, сосиски, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, яйцо</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-10	24-53
50/25	Говядина отварная с/с <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	42-52
75/25	Рыба припущ кета в соусе* <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	58-19
75/25	Голубцы ленивые с/с* <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	24-99
120/25	Голень ц.бр.жареная с/с* <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	36-08
195	Плов (свинина)* <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	53-93
200	Макаронные изделия отварные* <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	13-06
200	Гречка отварная* <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	19-39
200	Картофельное пюре* <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	10-81
200	Компот из брусники* <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	12-47

200	Компот из вишни* <i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	15-07
Итого за Обед		2 Калорийность-141, Белки-113, Жиры-96, Углеводы-192	311-04
<u>Полдник</u>			
100	Сосиска в тесте* <i>яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	36-96
100	Пирожок с картошкой* <i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	17-25
100	Крендель сахарный* <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	17-12
75	Корж молочный	Калорийность-276, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-46	22-10
60	Круассан с вар. сгущ.	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32	29-90
200	Сок Сады прид	Калорийность-30, Углеводы-6	23-31
500	Вода питьевая негаз*		20-80
Итого за Полдник		1 Калорийность-092, Белки-18, Жиры-41, Углеводы-174	167-44
Итого за день		4 Калорийность-108, Белки-158, Жиры-168, Углеводы-466	583-98

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О.Самохвалова

27.02.21 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)
<u>Завтрак</u>			
200/10	Каша манная с м.сл* <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-176, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-21	11-89
200/15	Чай с сахаром * <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	2-65
164	Апельсин*	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-9	22-96
50	Батон нарезной*	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	3-50
Итого за Завтрак		Калорийность-433, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-72	41-00
<u>Обед</u>			
050	Перец порционно	Калорийность-7, Углеводы-1	7-50
250	Рассольник домашний* <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, капуста, огурцы соленые, домашние, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	10-63
175	Жаркое по-домашнему <i>картофель, говядина, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-271, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-18	36-67
200	Компот из клубники* <i>клубника, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	9-35
50	Батон нарезной*	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	3-50
Итого за Обед		Калорийность-588, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-79	67-65
<u>Полдник</u>			
200	Сок Сады прид	Калорийность-30, Углеводы-6	18-12
100	Крендель сахарный* <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	13-17
Итого за Полдник		Калорийность-225, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-36	31-29
Итого за день		Калорийность-1 246, Белки-37, Жиры-41, Углеводы-187	139-94

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова