

03.04.21 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, капуста, огурцы соленые, домашние, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	4-67
175	Жаркое по-домашнему <i>картофель, говядина, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-271, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-18	36-61
200	Компот из вишни* <i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	11-59
50	Хлеб отрубной	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	2-90
40	Печенье весовое*	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	4-16
Итого за Обед		Калорийность-699, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-97	59-93
Итого за день		Калорийность-699, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-97	59-93

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова

03.04.21 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	Кофейный напиток со сгущенным молоком* <i>молоко сгущенное, кофейный напиток</i>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	9-15
100	Апельсин*	Калорийность-27, Белки-1, Углеводы-5	14-00
50	Батон нарезной*	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	3-50
Итого за Завтрак		Калорийность-435, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-51	38-54
<u>Обед</u>			
28	Перец порционно	Калорийность-4, Углеводы-1	8-44
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	36-61
200	Компот из вишни* <i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	11-59
50	Хлеб отрубной	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	2-90
Итого за Обед		Калорийность-608, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-79	70-17
<u>Полдник</u>			
200	Сок Сады прид	Калорийность-30, Углеводы-6	18-10
100	Крендель сахарный* <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	13-22
Итого за Полдник		Калорийность-225, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-36	31-32
Итого за день		Калорийность-1 268, Белки-36, Жиры-38, Углеводы-166	140-03

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова

03.04.21 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* крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль	Калорийность-176, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-21	15-46
200	Кофейный напиток со сгущенным молоком* молоко сгущенное, кофейный напиток	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	11-89
Итого за Завтрак		Калорийность-294, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-22	27-35
<u>Обед</u>			
250	Рассольник домашний* картофель, капуста, огурцы соленые, домашние, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	6-07
175	Жаркое по-домашнему картофель, говядина, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль	Калорийность-271, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-18	47-59
200	Компот из вишни* вишня без косточек, сахар, лимонная кислота	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	15-07
Итого за Обед		Калорийность-494, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-59	68-73
<u>Обед 2</u>			
75/25	Голубцы ленивые с/с* говядина, капуста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, крупа рисовая круглозерный, морковь, соль, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист	Калорийность-157, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10	24-93
50/25	Язык гов.отв.с/с* язык говяжий замороженный, морковь, лук репчатый, мука, томатная паста, масло растительное рафинированное, сахар, перец чёрный молотый, соль, лавровый лист	Калорийность-218, Белки-20, Жиры-15	65-33
75/25	Бифитекс Андрон с/с говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, соль, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист	Калорийность-162, Белки-22, Жиры-8	46-94
75/25	Рыба припущ кета в соусе* кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	58-24
200	Макаронные изделия отварные* макаронны, 400гр, масло сливочное, соль	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	12-98
200	Гречка отварная* крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	19-39
200	Картофельное пюре* картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	10-81
200	Компот из брусники* брусника, сахар	Калорийность-85, Углеводы-21	13-57
200/15/7	Чай с сахаром и с лимоном* сахар, лимон, чай	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	5-04
Итого за Обед 2		Калорийность-1 493, Белки-93, Жиры-61, Углеводы-138	257-23
<u>Полдник</u>			
100	Сосиска в тесте* яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	37-00

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	17-29
100	Крендель сахарный* <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	17-16
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	23-40
500	Вода питьевая негаз*		20-80
Итого за Полдник		Калорийность-1 092, Белки-18, Жиры-41, Углеводы-174	167-65
Итого за день		Калорийность-3 373, Белки-135, Жиры-131, Углеводы-393	520-96

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова