

**04.06.21 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>Борщ с фасолью и цыпленком*</b> <i>мясо цыплят бройлеров, свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, соль, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	<b>12-44</b>
50/25	<b>Говядина отварная с/с</b> <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	<b>38-78</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронь, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>5-27</b>
200	<b>Компот из яблок*</b> <i>яблоки, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>5-14</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-682, Белки-32, Жиры-26, Углеводы-77	<b>62-95</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-682, Белки-32, Жиры-26, Углеводы-77	<b>62-95</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Обед</u></b>			
75/25	<b>Комлета рыбная с/с*</b> <i>кета, мука, масло растительное рафинированное, морковь, молоко сухое, томатная паста, лук репчатый, сахар, соль, лавровый лист, перец чёрный молотый, дрожжи, сырые</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>37-37</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронны, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>5-27</b>
200	<b>Компот из яблок*</b> <i>яблоки, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>5-14</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
16	<b>Зефир ванильный</b>	Калорийность-48, Углеводы-11	<b>2-80</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>5-56</b>
40	<b>Нарезка помидор и перец</b> <i>помидоры, перец сладкий</i>	Калорийность-35, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2	<b>8-85</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-676, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-112	<b>66-31</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-676, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-112	<b>66-31</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 04.06.21 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 растительное рафинированное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>6-25</b>
200	<b>Кофейный напиток со сгущенным молоком*</b> <i>молоко сгущенное, кофейный напиток</i>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	<b>8-77</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
20	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	<b>7-96</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-523, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-55	<b>25-18</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/25	<b>Борщ с фасолью и цыпленком*</b> <i>мясо цыплят бройлеров, свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, соль, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	<b>12-46</b>
40	<b>Нарезка помидор и перец</b> <i>помидоры, перец сладкий</i>	Калорийность-35, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2	<b>8-85</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, дрожжи, сырые, лавровый лист, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>42-82</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>7-51</b>
200	<b>Компот из яблок*</b> <i>яблоки, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>5-14</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</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>13-32</b>
16	<b>Зефир ванильный</b>	Калорийность-48, Углеводы-11	<b>2-80</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-771, Белки-16, Жиры-20, Углеводы-125	<b>94-22</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 294, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-180	<b>119-40</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 04.06.21 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 пшенная с м.сл.*</b> <i>пшено, молоко сухое, масло растительное рафинированное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>10-78</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>3-52</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-318, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-50	<b>14-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/25	<b>Борщ с фасолью и цыпленком*</b> <i>мясо цыплят бройлеров, свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, соль, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	<b>16-01</b>
75/25	<b>Котлета рыбная с/с*</b> <i>кета, мука, масло растительное рафинированное, 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>48-38</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароньы, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>9-36</b>
200	<b>Компот из яблок*</b> <i>яблоки, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>6-64</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-86</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-597, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-102	<b>83-25</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>8-27</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>54-00</b>
75/25	<b>Рыба припущ кета в соусе*</b> <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>61-10</b>
75/25	<b>Бифштекс Андрон с/с</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, соль, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист</i>	Калорийность-162, Белки-22, Жиры-8	<b>50-88</b>
50/15	<b>Поджарка из филе цыплёнка*</b> <i>филе цыплят, лук репчатый, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, морковь, мука, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист</i>	Калорийность-201, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-2	<b>29-90</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>46-17</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло растительное рафинированное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>9-08</b>
200	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	<b>12-09</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-18</b>

---

**Итого за Обед** 2 Калорийность-1 660, Белки-109, Жиры-86, Углеводы-109 **281-67**

**Полдник**

<b>50</b>	<b>Булочка закусоч*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>3-27</b>
<b>030</b>	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>15-98</b>
<b>100</b>	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>7-24</b>
<b>100</b>	<b>Пирожок с картошкой*</b> <i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>7-64</b>
<b>60</b>	<b>Круассан с вар. сгущ.</b>	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32	<b>29-90</b>
<b>200</b>	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>27-30</b>

---

**Итого за Полдник** Калорийность-924, Белки-20, Жиры-42, Углеводы-128 **91-33**

---

**Итого за день** Калорийность-3 499, Белки-152, Жиры-152, Углеводы-389 **470-55**

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова