

**23.01.21 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>			
30	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	<b>5-12</b>
75/25	<b>Печень по строгановски с соусом сметанным и луком*</b> <i>печень, сметана 05л, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-25, Жиры-1	<b>24-95</b>
150	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	<b>6-71</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>8-68</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
187	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16	<b>17-76</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-523, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-98	<b>65-42</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-523, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-98	<b>65-42</b>

**23.04.21 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)
<b><u>Обед</u></b>			
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, макароны, 400гр, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-06</b>
101/25	<b>Оладьи из печени с/с*</b> <i>печень, масло растительное рафинированное, мука, соль, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар, дрожжи, сырые, лавровый лист</i>	Калорийность-260, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-7	<b>22-39</b>
200	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	<b>8-95</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>8-68</b>
60	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	<b>2-64</b>
30	<b>Конфеты шоколадные (ласточка)*</b>	Калорийность-64, Белки-1	<b>8-25</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-928, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-119	<b>59-97</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-928, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-119	<b>59-97</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**23.04.21 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>			
121/5	<b>Запеканка картофельная с мясом</b> <i>картофель, говядина, лук репчатый, мука, соль, масло сливочное</i>	Калорийность-212, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-20	<b>20-40</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное, какао, сахар</i>	Калорийность-127, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-25	<b>9-18</b>
25	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-10</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-396, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-56	<b>30-68</b>
<b><u>Обед</u></b>			
75/25	<b>Печень по строгановски с соусом сметанным и луком*</b> <i>печень, сметана 05л, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-25, Жиры-1	<b>24-95</b>
30	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	<b>4-89</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, макароны, 400гр, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18	<b>9-83</b>
150	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	<b>6-71</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>8-68</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
187	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16	<b>17-76</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-632, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-116	<b>75-02</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>17-29</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-30, Углеводы-6	<b>17-29</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 058, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-178	<b>122-99</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**23.04.21 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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
121/5	<b>Запеканка картофельная с мясом</b> <i>картофель, говядина, лук репчатый, мука, соль, масло сливочное</i>	Калорийность-212, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-20	<b>20-40</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное, какао, сахар</i>	Калорийность-127, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-25	<b>9-18</b>
50	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	<b>3-50</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-453, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-69	<b>33-08</b>
<b><u>Обед</u></b>			
35	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	<b>5-97</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, макароны, 400гр, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-06</b>
75/25	<b>Печень по строгановски с соусом сметанным и луком*</b> <i>печень, сметана 05л, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-25, Жиры-1	<b>24-95</b>
200	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	<b>8-95</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>8-68</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-614, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-109	<b>59-81</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 360, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-229	<b>140-01</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>17-29</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>13-21</b>
175	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>16-62</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-293, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	<b>47-12</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 23.04.21 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>			
121/5	<b>Запеканка картофельная с мясом</b> <i>картофель, говядина, лук репчатый, мука, соль, масло сливочное</i>	Калорийность-212, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-20	<b>25-75</b>
200/10	<b>Каша манная с м.сл*</b> <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-176, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-21	<b>15-46</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-388, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-41	<b>41-21</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>37-00</b>
50	<b>Булочка с помадкой</b>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-25	<b>16-90</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>8-23</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>16-98</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>17-48</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>17-16</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>22-10</b>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</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>5-04</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-1 665, Белки-35, Жиры-67, Углеводы-247	<b>229-17</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, макароны, 400гр, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18	<b>12-29</b>
75/25	<b>Печень по строгонавски с соусом сметанным и луком*</b> <i>печень, сметана 05л, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-25, Жиры-1	<b>38-21</b>
200	<b>Рис припущенный*</b> <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	<b>11-63</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-95</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-86</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-628, Белки-12, Жиры-13,	<b>75-94</b>

**Обед 2**

100	<b>Салат бабушкин*</b> <i>огурцы, сосиски, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, яйцо</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-10	<b>25-90</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>8-20</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>53-16</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>42-51</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>36-02</b>
101/25	<b>Оладьи из печени с/с*</b> <i>печень, масло растительное рафинированное, мука, соль, морковь, лук репчатый, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, дрожжи, сырые, лавровый лист</i>	Калорийность-260, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-7	<b>34-44</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>54-94</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>59-87</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>12-98</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>12-06</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 брусники*</b> <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>13-57</b>
<b>Итого за Обед 2</b>		Калорийность-2 291, Белки-125, Жиры-115, Углеводы-173	<b>373-04</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-4 972, Белки-184, Жиры-214, Углеводы-572	<b>719-36</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова