

26.05.21 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>			
250/25	Щи со св.кап. и цыплёнком бр <i>капуста, мясо цыплят бройлеров, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 05л, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	11-68
50/15	Поджарка из филе цыплёнка* <i>филе цыплят, лук репчатый, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, морковь, мука, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-201, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-2	22-17
200	Рис припущенный* <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	7-90
200/15/7	Чай с сахаром и с лимоном* <i>сахар, лимон, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	3-93
50	Хлеб бородинский	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-25	3-11
50	Кукуруза консервированная*	Калорийность-24, Белки-2, Углеводы-4	7-35
Итого за Обед		Калорийность-869, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-111	56-14
Итого за день		Калорийность-869, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-111	56-14

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова

26.05.21 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)
<u>Обед</u>			
50	Перец порционно	Калорийность-7, Углеводы-1	13-75
50/15	Поджарка из филе цыплёнка* <i>филе цыплят, лук репчатый, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, морковь, мука, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-201, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-2	22-17
200	Рис припущенный* <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	7-90
50	Хлеб бородинский	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-25	3-11
200	Компот из клюквы* <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	7-83
35	Мини-рулет*	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	10-00
Итого за Обед		Калорийность-831, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-121	64-76
Итого за день		Калорийность-831, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-121	64-76

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова

26.05.21 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)
<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	10-64
200	Кофейный напиток со сгущенным молоком* <i>молоко сгущенное, кофейный напиток</i>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	9-15
50	Булочка закусоч* <i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	6-16
030	Сыр порциями	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	11-94
Итого за Завтрак		Калорийность-597, Белки-15, Жиры-26, Углеводы-52	37-89
<u>Обед</u>			
50	Перец порционно	Калорийность-7, Углеводы-1	13-75
250/25	Щи со св.кап. и цыплёнком бр <i>капуста, мясо цыплят бройлеров, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 05л, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	11-68
50/15	Поджарка из филе цыплёнка* <i>филе цыплят, лук репчатый, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, морковь, мука, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-201, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-2	22-17
200	Рис припущенный* <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	7-90
50	Хлеб бородинский	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-25	3-11
200	Компот из клюквы* <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	7-83
35	Мини-рулет*	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	10-00
Итого за Обед		Калорийность-958, Белки-27, Жиры-35, Углеводы-132	76-44
<u>Полдник</u>			
91	Яблоко свежее*	Калорийность-36, Углеводы-8	8-64
Итого за Полдник		Калорийность-36, Углеводы-8	8-64
Итого за день		Калорийность-1 591, Белки-42, Жиры-61, Углеводы-192	122-97

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова

26.05.21 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	14-47
Итого за Завтрак		Калорийность-176, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-21	14-47
<u>Обед</u>			
250/25	Щи со св.кап. и цыплёнком бр <i>капуста, мясо цыплят бройлеров, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 05л, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	14-79
50/15	Поджарка из филе цыплёнка* <i>филе цыплят, лук репчатый, масло растительное рафинированное, томатная паста, соль, морковь, мука, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-201, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-2	30-01
200	Рис припущенный* <i>крупа рисовая длиннозерный, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-51	11-66
200	Компот из клюквы* <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	10-18
50	Хлеб бородинский	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-25	4-04
Итого за Обед		Калорийность-822, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-109	70-68
<u>Обед 2</u>			
100	Салат бабушкин* <i>огурцы соленые, домашние, сосиски, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, яйцо</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-10	23-75
100	Винегрет овощной* <i>картофель, свекла, огурцы соленые, домашние, лук репчатый, зеленый горошек, морковь, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	8-27
75/25	Бифштекс Андрон с/с <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	46-96
100/25	Отбивная из филе ц.бр.* <i>филе цыплят, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-364, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-12	54-21
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	54-10
75/25	Рыба припущ кета в соусе* <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	61-01
50/25	Говядина отварная с/с <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, соль, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	42-53
200	Картофельное пюре* <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-24
200	Макаронные изделия отварные* <i>макаронны, 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	19-01
200/15/7	Чай с сахаром и с лимоном*	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2,	5-08

	сахар, лимон, чай	Углеводы-18	
50	Булочка закусоч*	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	8-03
	яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль		
030	Сыр порциями	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	15-99
Итого за Обед		Калорийность-2 550, Белки-140, Жиры-126, Углеводы-199	364-24
<u>Полдник</u>			
100	пирожок с джемом*	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	20-44
	яйцо, мука, джем, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль		
100	Сосиска в тесте*	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	36-59
	яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль		
100	Пирожок с картошкой*	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	17-16
	яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль		
100	Крендель сахарный*	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	16-76
	яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль		
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	27-30
500	Вода питьевая негаз*		20-80
25	Конфеты шоколадные (ласточка)*	Калорийность-53	8-94
115	Вафли*	Калорийность-153, Белки-3, Углеводы-31	20-93
Итого за Полдник		Калорийность-1 493, Белки-25, Жиры-48, Углеводы-235	220-92
Итого за день		Калорийность-5 041, Белки-193, Жиры-214, Углеводы-564	670-31

Директор _____ М.А. Безлепкина

Зав.столовой _____ А.А. Огурецкая

Бухгалтер _____ О.О. Самохвалова