

**25.05.21 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)
<b><u>Обед</u></b>			
35	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	<b>5-97</b>
250	<b>Рассольник ленинградский *</b> <i>картофель, огурцы соленые, домашние, морковь, крупа перловая, масло растительное рафинированное, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	<b>6-39</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>34-84</b>
200	<b>Горошница</b> <i>горох, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-45	<b>8-10</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-45</b>
50	<b>Хлеб пшеничный *</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-20</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-854, Белки-49, Жиры-25, Углеводы-107	<b>59-95</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-854, Белки-49, Жиры-25, Углеводы-107	<b>59-95</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**25.05.21 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)
<b><u>Обед</u></b>			
17	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-90</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>34-84</b>
150	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-226, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-28	<b>10-96</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>8-11</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
77	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-30, Углеводы-7	<b>7-31</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-567, Белки-30, Жиры-18, Углеводы-69	<b>65-44</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-567, Белки-30, Жиры-18, Углеводы-69	<b>65-44</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**25.05.21 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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Омлет натуральный с м.сл.*</b> <i>яйцо, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-2	<b>39-79</b>
21	<b>Зелёный горошек*</b>	Калорийность-8, Белки-1, Углеводы-1	<b>2-62</b>
200	<b>Чай с молоком сгущ.*</b> <i>молоко сгущенное, сахар, чай</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	<b>4-61</b>
59	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-28	<b>4-13</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-430, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-48	<b>51-15</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Рассольник ленинградский*</b> <i>картофель, огурцы соленые, домашние, морковь, крупа перловая, масло растительное рафинированное, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	<b>6-39</b>
17	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-90</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>34-84</b>
150	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-226, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-28	<b>10-96</b>
200	<b>Компот из апельсинов*</b> <i>апельсины, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>8-11</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
77	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-30, Углеводы-7	<b>7-31</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-698, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-90	<b>71-83</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 128, Белки-50, Жиры-44, Углеводы-138	<b>122-98</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 25.05.21 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	<b>Омлет натуральный с м.сл.*</b> <i>яйцо, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-2	<b>52-14</b>
200/10	<b>Каша полтавка с м.сл.*</b> <i>крупа полтавка, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>15-89</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-421, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-34	<b>68-03</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Рассольник ленинградский*</b> <i>картофель, огурцы соленые, домашние, морковь, крупа перловая, масло растительное рафинированное, лук репчатый, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	<b>7-43</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>46-93</b>
200	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	<b>19-01</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-784, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-100	<b>87-18</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>
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>
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>53-84</b>
75/25	<b>Отбивная из филе ц.бр.*</b> <i>филе цыплят, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-291, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-10	<b>43-37</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>44-37</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>42-50</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, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>60-98</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>41-84</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>12-24</b>
200	<b>Макаронные изделия</b>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>14-94</b>

## отварные\*

макароны, 400гр, масло сливочное, соль

---

**Итого за Обед** 2 Калорийность-2 022, Белки-120, Жиры-109, Углеводы-129 **348-25**

### Полдник

200/15/7	<b>Чай с сахаром и с лимоном*</b>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>5-08</b>
	<i>сахар, лимон, чай</i>		
200	<b>Компот из клюквы*</b>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-17</b>
	<i>клюква, сахар</i>		
100	<b>Пирожок с картошкой*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>17-16</b>
	<i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>		
100	<b>Сосиска в тесте*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>36-59</b>
	<i>яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>		
50	<b>Булочка закусоч*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>8-03</b>
	<i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>		
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>15-99</b>
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>27-30</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>16-76</b>
	<i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>		
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>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</b>

---

**Итого за Полдник** Калорийность-1 570, Белки-31, Жиры-59, Углеводы-242 **209-88**

---

**Итого за день** Калорийность-4 797, Белки-204, Жиры-219, Углеводы-505 **713-34**

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова