

**17.05.21 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>			
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>12-49</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>41-09</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-73</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-695, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-95	<b>59-21</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-695, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-95	<b>59-21</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**17.05.21 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>			
26	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>4-55</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>41-09</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>7-84</b>
35	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-13	<b>2-03</b>
35	<b>Мини-рулет*</b>	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-00</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-633, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-92	<b>65-51</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-633, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-92	<b>65-51</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**17.05.21 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>39-47</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>3-93</b>
41	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	<b>2-87</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-394, Белки-16, Жиры-20, Углеводы-39	<b>46-27</b>
<b><u>Обед</u></b>			
26	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>4-55</b>
200	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>мясо цыплят бройлеров, картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-111, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-17	<b>11-19</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>41-09</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>7-84</b>
35	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-13	<b>2-03</b>
35	<b>Мини-рулет*</b>	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-00</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-744, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-109	<b>76-70</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 138, Белки-39, Жиры-43, Углеводы-148	<b>122-97</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

# 17.05.21 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>52-20</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>14-63</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-378, Белки-14, Жиры-26, Углеводы-23	<b>66-83</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>7-31</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>52-67</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-17</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-562, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-78	<b>70-15</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>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, перец чёрный молотый, соль</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>41-84</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>60-67</b>
50/25	<b>Говядина отварная с/с</b> <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	<b>42-50</b>
75/25	<b>Котлета рубленая из филе ц.бр. с/с*</b> <i>филе цыплят, батон нарезной 0,4кг, масло растительное рафинированное, масло сливочное, мука, томатная паста, молоко сухое, лук репчатый, морковь, сахар, соль, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>28-51</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>12-76</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>12-28</b>
200	<b>Компот из брусники*</b> <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>13-12</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>5-08</b>
<b>Итого за Обед 2</b>		Калорийность-1 267, Белки-75, Жиры-59, Углеводы-104	<b>225-03</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сосиска в тесте*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>36-57</b>

	<i>яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	
100	<b>Пирожок с картошкой*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30
	<i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	
50	<b>Булочка закусоч*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30
	<i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6
100	<b>Крендель сахарный*</b>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30
	<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
60	<b>Круассан с вар. сгущ.</b>	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>	
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-1 395, Белки-29, Жиры-57, Углеводы-204
<b>Итого за день</b>		Калорийность-3 602, Белки-138, Жиры-162, Углеводы-409

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова