



Примерное двухнедельное меню (комплекс) для организации горячего питания детей в столовых школьных учреждений, обслуживаемых ООО "Комбинат "Левобережный"

Вводится со 2 сентября 2022 года

1 НЕДЕЛЯ							
Обеды				Обеды			
Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Стоимость, руб	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Стоимость, руб
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Гуляш из свинины - 40/40	80	226,31	50,00				
Рис припущенный	120	169,25	20,00	Плов (свинина)	210	562,73	65,00
Компот из смеси сухофруктов	200	59,20	20,00	Компот из смеси сухофруктов	200	59,20	20,00
Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00	Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00
ИТОГО:	430	522,35	92,00	ИТОГО:	440	689,52	87,00
ВТОРНИК							
Гречаники	70	204,37	45,00	Котлета рубленая из птицы	70	180,40	45,00
Картофель тушеный	120	179,72	20,00	Рагу из овощей	120	118,41	20,00
Напиток из шиповника	200	79,80	20,00	Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	80,92	20,00
Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00	Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00
ИТОГО:	420	531,48	87,00	ИТОГО:	420	447,32	87,00
СРЕДА							
Голубец Ленивый (курица-говядина)	70	178,04	45,00	Биточек рыбный (минтай)	70	109,23	45,00
Соус томатный	50	36,43	6,00	Соус белый основной	50	25,11	6,00
Макаронные изделия отварные	120	170,78	20,00	Пюре картофельное	120	116,68	25,00
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88	20,00	Напиток из шиповника	200	79,80	20,00
Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00	Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00
ИТОГО:	470	539,72	93,00	ИТОГО:	470	398,41	98,00
ЧЕТВЕРГ							

отлета рыбная Любительская (минтай)	70	110,42	45,00				
соус белый основной	50	25,11	6,00	Тефтели из говядины с рисом и соусом - 60/50	110	194,29	45,00
соус красный тофельное	120	11,13	25,00	Макаронные изделия отварные	120	170,78	20,00
компот из свежих яблок и свежемороженой вишни	200	69,74	20,00	Компот из свежих яблок и мандаринов	200	70,57	20,00
хлеб пшеничный	30	67,59	2,00	Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00
ИТОГО:	470	389,54	98,00	ИТОГО:	460	503,23	87,00

ПЯТНИЦА


суп куриный, тушенная в соусе - 40/40	80	141,10	45,00				
саша гречневая рассыпчатая	120	210,75	25,00	Рагу из филе птицы (курица)	210	253,69	60,00
компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43	20,00	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43	20,00
хлеб пшеничный	30	67,59	2,00	Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00
ИТОГО:	430	505,87	92,00	ИТОГО:	440	407,71	82,00
Сумма за неделю при 5-дневке:			462,00	Сумма за неделю при 5-дневке:			441,00

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ ПРИ 5-ДНЕВКЕ - 90,30 руб.

СУББОТА

виточек из курицы и говядины	70	178,13	45,00				
соус красный основной	50	21,69	6,00	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай) - 50/50	100	111,57	50,00
саша перловая рассыпчатая	120	164,89	20,00	Картофель отварной	120	119,92	20,00
компот из свежемороженных ягод (клубника)	200	68,82	20,00	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88	20,00
хлеб пшеничный	30	67,59	2,00	Хлеб пшеничный	30	67,59	2,00
ИТОГО:	470	501,12	93,00	ИТОГО:	450	385,96	92,00
Сумма за неделю при 6-дневке:			555,00	Сумма за неделю при 6-дневке:			533,00

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ ПРИ 6-ДНЕВКЕ - 90,70 руб.

Технолог  Э.Ю. Бобровникова