

**01.06.21 Комплекс бесплатного питания для отдельных категорий обучающихся**

<b>Выход (г)</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)</b>	<b>Стоимость питания</b>
<b><u>Обед</u></b>			
<b>250</b>	<b>Суп гороховый*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-12</b>
<b>120/25</b>	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, масло растительное рафинированное, перец чёрный молотый, сахар, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>39-23</b>
<b>200</b>	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>6-61</b>
<b>200/15</b>	<b>Чай с сахаром*</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы- 18	<b>2-73</b>
<b>30</b>	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-756, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-108	<b>60-01</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-756, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-108	<b>60-01</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**01.06.21 Комплекс бесплатного питания для учащихся начальных классов**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Обед</u></b>			
15	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>2-56</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>39-75</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>7-00</b>
200	<b>Компот из сухофруктов*</b> <i>сахар, курага, компотная смесь весовая</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>2-95</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
125	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-49, Углеводы-11	<b>11-87</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-646, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-100	<b>65-45</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-646, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-100	<b>65-45</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**01.06.21 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>			
200/10	<b>Каша полтавка с м.сл.*</b> <i>крупа полтавка, молоко сухое, масло растительное рафинированное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>7-73</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-74</b>
49	<b>Булочка закусоч *</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-191, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>2-43</b>
32	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-115, Белки-7, Жиры-9	<b>12-74</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>25-64</b>
<b><u>Обед</u></b>			
15	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>2-56</b>
250	<b>Суп гороховый*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-25</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>39-75</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронь, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>7-00</b>
200	<b>Компот из сухофруктов*</b> <i>сахар, курага, компотная смесь весовая</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>2-95</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
125	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-49, Углеводы-11	<b>11-87</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>75-70</b>
<b><u>Полдник</u></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>13-46</b>
47	<b>Зефир ванильный</b>	Калорийность-142, Углеводы-31	<b>8-22</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>21-68</b>
<b>Итого за день</b>			<b>123-02</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

# 01.06.21 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>			
200/10	<b>Каша полтавка с м.сл.*</b> <i>крупа полтавка, молоко сухое, масло растительное рафинированное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>10-56</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>
50	<b>Булочка закусоч*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>3-23</b>
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>15-99</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-621, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-80	<b>34-86</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп гороховый*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>12-66</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>47-76</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>9-58</b>
50	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-86</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-702, Белки-29, Жиры-24, Углеводы-99	<b>72-86</b>
<b><u>Обед 2</u></b>			
100	<b>Салат бабушкин*</b> <i>огурцы соленые, домашние, сосиски, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, яйцо</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-10	<b>23-75</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>
75/25	<b>Рыба припущ кета в соусе*</b> <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>61-10</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>46-17</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>54-00</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>45-40</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло растительное рафинированное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>9-08</b>
200	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	<b>12-09</b>
200	<b>Компот из вишни*</b> <i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	<b>15-07</b>

---

**Итого за Обед** 2 Калорийность-1 686, Белки-91, Жиры-83, Углеводы-126 **274-93**

**Полдник**

200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-18</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>7-15</b>
100	<b>Пирожок с картошкой*</b> <i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>7-55</b>
100	<b>Сосиска в тесте*</b> <i>яйцо, сосиски, мука, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>26-99</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>27-30</b>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</b>

---

**Итого за Полдник** Калорийность-1 168, Белки-18, Жиры-41, Углеводы-194 **151-97**

---

**Итого за день** Калорийность-4 177, Белки-157, Жиры-173, Углеводы-499 **534-62**

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова