

Согласовано :

Директор

Утверждено :

Директор ООО "ОБЩЕСТВЕННОЕ ПИТАНИЕ"  
Е.С.Подгорнова



# Меню 28.09.2022

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы					Белки	Жиры	Углеводы				
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	205	7,40	10,98	39,20	286,00	21,81	255	9,25	13,72	45,00	357,00	23,13	182/07		
	Вафли	35	0,98	1,20	27,00	123,00	19,00	35	0,98	1,20	27,00	123,00	19,00	602/12		
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	5,50	200	0,07	0,02	15,00	60,00	5,50	376/07		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,20	0,40	20,80	100,00	6,00	40	3,20	0,40	20,80	100,00	6,00	ГОСТ		
	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	25	1,39	0,28	12,20	56,83	3,75	25	1,39	0,28	12,20	56,83	3,75	ГОСТ		
ИТОГО ЗАВТРАК			13,04	12,88	114,20	625,83			14,89	15,62	120,00	696,83				
ОБЕД	Борщ с капустой свежей и картофелем и сметаной	205	1,98	4,40	9,40	86,00	19,19	255	2,59	5,35	15,58	122,00	23,54	82/07		
	Котлета "Дружба" (минтай)	90	17,33	18,95	12,70	291,00	39,14	100	18,93	21,06	14,10	322,00	42,33	774/04		
	Пюре картофельное	103,5	2,10	6,65	13,60	123,00	20,06	134,5	2,70	8,65	17,68	160,00	25,94	312/07		
	Капуста свежая тушеная	50	1,04	1,33	6,70	43,00	14,25	50	1,04	1,33	6,70	43,00	14,25	321/07		
	Напиток из ягод замороженных	200	0,10	0,00	18,00	100,00	18,00	200	0,10	0,00	18,00	100,00	18,00	722/04		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,20	0,40	20,80	100,00	6,00	40	3,20	0,40	20,80	100,00	6,00	ГОСТ		
	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	25	1,39	0,28	12,20	56,83	3,75	25	1,39	0,28	12,20	56,83	3,75	ГОСТ		
ИТОГО ОБЕД			27,14	32,01	93,40	799,83			29,95	37,07	105,06	903,83				

## ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ 1-4 КЛАСС

Котлета "Дружба" (минтай)	90
Пюре картофельное	103,5
Капуста свежая тушеная	50
Напиток из ягод замороженных	200
Хлеб пшеничный йодированный	20

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

## Одноразовое питание 5-11 класс

Котлета "Дружба" (минтай)	100
Пюре картофельное	135
Капуста свежая тушеная	50
Напиток из ягод замороженных	200
Хлеб пшеничный йодированный	20