



УТВЕРЖДЕНО

Медведева Е.В.



**МЕНЮ (Платное)**  
**13 октября 2021 г.**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		103,30 р.
					<b>завтрак 103,30</b>	
					<b>Омлет натуральный</b>	
18,87 5	25,05	3,425	314,375	250	Омлет, Масло сливочное	
					<b>Чай</b>	
0	0	8	31,92	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	
					<b>Ирис шт (10гр)</b>	
0,33	0,76	8,15	40,8	10		
					<b>Ирис шт (10гр)</b>	
0,33	0,76	8,15	40,8	10		
					<b>Горошек зеленый консервированный</b>	
2,496	1,48	5,216	43,968	80	Горошек зеленый консервированный, Масло сливочное	
					<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		192,84 р.
					<b>обед 192,84</b>	
					<b>Салат Летний</b>	
1,23	7,21	6,95	98,45	100	Картофель свежий, Помидоры, Огурцы свежие, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	
					<b>Щи из свежей капусты на мясном бульоне</b>	
3,075	3,075	7,475	68,95	250	Щи из свежей капусты на мясном бульоне, Сметана	
					<b>Бефстроганов из говядины с соусом сметанным</b>	
12,8	4,1	6,9	115,7	100	Бефстроганов	
					<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	
9,144	11,304	48,996	334,206	180	Греча отварная, Масло сливочное	
					<b>Компот из плодов сухих (курага)</b>	
0,84	0,04	16,16	69,04	200	Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота	
					<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб пшеничный в нарезке	
					<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	
3,36	0,66	29,64	139,2	60	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	


Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		130,00 р.
					<b>обед 130</b>	
					<b>Щи из свежей капусты на мясном бульоне</b>	
2,46	2,46	5,98	55,16	200	Щи из свежей капусты на мясном бульоне, Сметана	
					<b>Бефстроганов из говядины с соусом сметанным</b>	
11,52	3,69	6,21	104,13	90	Бефстроганов	
					<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	
7,62	9,42	40,83	278,505	150	Греча отварная, Масло сливочное	
					<b>Чай</b>	
0	0	8	31,92	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	
					<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке	
					<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		110,00 р.
					<b>обед 110</b>	
					<b>Бефстроганов из говядины с соусом сметанным</b>	
11,52	3,69	6,21	104,13	90	Бефстроганов	
					<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	
7,62	9,42	40,83	278,505	150	Греча отварная, Масло сливочное	
					<b>Чай</b>	
0	0	8	31,92	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	
					<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке	
					<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>обед 97 учит. 97,00 р.</b>	
0,984	5,768	5,56	78,76	80	<b>Салат Летний</b>	
					Картофель свежий , Помидоры, Огурцы свежие, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	
2,46	2,46	5,98	55,16	200	<b>Щи из свежей капусты на мясном бульоне</b>	
					Щи из свежей капусты на мясном бульоне, Сметана	
11,52	3,69	6,21	104,13	90	<b>Бефстроганов из говядины с соусом сметанным</b>	
					Бефстроганов	
7,62	9,42	40,83	278,505	150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	
					Греча отварная , Масло сливочное	
0,84	0,04	16,16	69,04	200	<b>Компот из плодов сухих (курага)</b>	
					Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

3 день

Главный технолог



Зав. производством





СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

Ф.И.О. *С. Урюков*

ШКОЛА  
В КАПОТНЕ



УТВЕРЖДЕНО

Медведева Е.В.



**МЕНЮ (Льготное)  
13 октября 2021 г.**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		<b>103,30 р.</b>
<b>Завтрак 5-11 класс льготное СД</b>						
<i>Омлет натуральный</i>						
18,87 5	25,05	3,425	314,375	250	Омлет, Масло сливочное	
<i>Чай</i>						
0	0	8	31,92	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	
<i>Ирис шт (10гр)</i>						
0,33	0,76	8,15	40,8	10		
<i>Ирис шт (10гр)</i>						
0,33	0,76	8,15	40,8	10		
<i>Горошек зеленый консервированный</i>						
2,496	1,48	5,216	43,968	80	Горошек зеленый консервированный, Масло сливочное	
<i>Хлеб из муки пшеничной</i>						
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		<b>192,84 р.</b>
<b>Обед 5-11 класс льготное СД 1 комплекс</b>						
<i>Салат Летний</i>						
1,23	7,21	6,95	98,45	100	Картофель свежий, Помидоры, Огурцы свежие, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	
<i>Щи из свежей капусты на мясном бульоне</i>						
3,075	3,075	7,475	68,95	250	Щи из свежей капусты на мясном бульоне, Сметана	
<i>Бефстроганов из говядины с соусом сметанным</i>						
12,8	4,1	6,9	115,7	100	Бефстроганов	
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>						
9,144	11,304	48,996	334,206	180	Греча отварная, Масло сливочное	
<i>Компот из плодов сухих (курага)</i>						
0,84	0,04	16,16	69,04	200	Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота	
<i>Хлеб из муки пшеничной</i>						
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб пшеничный в нарезке	
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>						
3,36	0,66	29,64	139,2	60	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

3 день

Главный технолог

*Юрков*

Зав. производством

*M*