

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР СШ № 147



МЕНЮ на 13.02 2024г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!2 неделя 4 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--|-----------|-------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным | 150/10 | 14,56 | 19,68 | 4,48 | 253,28 | 74,58 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,36 | 0,18 | 12,78 | 54,18 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 1,60 | 21,75 | 118,60 | |
| Яблоки | 100 | 0,40 | 0,45 | 15,17 | 66,34 | |

ЗАВТРАК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр. | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--|------------|-------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным | 200/20 | 20,02 | 27,06 | 6,16 | 348,26 | 86,72 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,36 | 0,18 | 12,78 | 54,18 | |
| Хлеб пшеничный | 70 | 6,02 | 2,24 | 30,45 | 166,04 | |
| Яблоки | 100 | 0,40 | 0,45 | 15,17 | 66,34 | |

ОБЕД 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|---|-----------|------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Огурцы свежие порционно | 60 | 0,43 | 0,11 | 3,36 | 16,14 | 111,87 |
| Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной | 200/10 | 2,27 | 10,29 | 30,03 | 221,80 | |
| Рыба тушеная в сметанном соусе | 90 | 9,63 | 6,30 | 1,89 | 102,80 | |
| Рис отварной с овощами | 150 | 2,90 | 3,20 | 29,30 | 197,61 | |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,31 | 0,00 | 18,68 | 75,95 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 1,60 | 21,75 | 118,60 | |
| Хлеб ржаной | 50 | 4,25 | 0,45 | 14,38 | 78,55 | |

ОБЕД 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр. | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|---|------------|-------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Огурцы свежие порционно | 100 | 0,72 | 0,18 | 5,60 | 26,90 | 130,06 |
| Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной | 250/10 | 2,81 | 12,74 | 37,18 | 274,61 | |
| Рыба тушеная в сметанном соусе | 100 | 10,70 | 7,00 | 2,10 | 114,23 | |
| Рис отварной с овощами | 180 | 3,48 | 3,84 | 47,16 | 237,13 | |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,31 | 0,00 | 18,68 | 75,95 | |
| Хлеб пшеничный | 70 | 6,02 | 2,24 | 30,45 | 166,04 | |
| Хлеб ржаной | 90 | 7,65 | 0,81 | 25,88 | 141,39 | |

ПОЛДНИК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------|-----------|------|------|-------|----------|---------------------------|
| Крендель сахарный | 105 | 4,94 | 8,08 | 29,16 | 209,14 | 55,94 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,18 | 0,00 | 7,57 | 31,01 | |

ПОЛДНИК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------|-----------|------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Крендель сахарный | 150 | 7,06 | 11,54 | 41,66 | 298,77 | 65,02 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,18 | 0,00 | 7,57 | 31,01 | |

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «КрасПит»

О.И. Линкевич

