

Меню на 16 сентября 2022

1 неделя

1-4 классы (бесплатное питание)



№ п/п	Наименование Блюда	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Салат из моркови на р/м	60	79,2	
2	Тефтели мясные с соусом	80/90	456,6	
3	Макароны отварные	100	383,6	
4	Чай с лимоном	200	62,7	
	Хлеб	20	76,2	
	За наличный расчет			450

Социальное меню

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	Ккал	Цена
1	Щи из свежей капусты	200/230/250	84,52	
2	Салат морковный с р/м	80/90/100	133,91	
3	Тефтели с соусом	100/130/150	408,6	
4	Макароны	100/130/150	80,5	
5	Чай с лимоном	200	57,1	
6	Хлеб	20/30/40	76,2	
	Итого за день		840,83	450

Свободное меню

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	Ккал	Цена
1	Щи со свежей капустой на к/б	250	84,52	250
2	Каша молочная овсяная	200	349,6	200
3	Салат свекольный с яблоком	100	82,6	200
4	Мясо по-французски (фарш говядина)	200	273,8	500
5	Пельмени	200	330,2	500
6	Колбета из филе курицы	100	408,6	330
7	Гуляш из говядины	100	263,2	330
8	Гречка отварная	150	66	200
9	Рис отварной	150	72	200
10	Чай черный с сахаром	200	56	60
11	Чай с молоком, сахаром	200	86	80
12	Плошка с сахаром	100	175,5	150
13	Булочка с маком, с посыпкой, с кунжутом	100	351,8	180
14	Булочка с бананом, с клубникой, с повидлом	100	562,9	180
15	Ватрушка с творогом	100	260	220
16	Пирожки с капустой, с картофелем	100	296,1	180
17	Плинка, сосиска в тесте, сэндвич с мясом, с курицей	120	272	220
18	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	15

Комплекс для учащихся 5-11 класс

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	Ккал	Цена
1	Салат из моркови на р/м	60	79,2	
2	Тефтели с соусом	80/90	408,6	
3	Макароны	100	80,5	
4	Чай черный с сахаром	200	56	
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	76,2	
	Итого за день		621,3	450

Зав. производством