

Меню

«08» февраля 2021г.

понедельник (1-ый день)

| №реци | Наименование блюд | Выход гр. | белки | жиры | углев. | ккал |
|-------|--|-----------|-------|-------|--------|--------|
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i> | | | | | |
| 42 | Рассольник | 200 | 5,03 | 11,30 | 32,38 | 159,60 |
| 227 | Макароны отварные | 150 | 3,68 | 3,53 | 219,33 | 140,73 |
| 118 | Колбаса отварная | 100 | 11,7 | 22,8 | 0,3 | 258,0 |
| 454 | Соус томатный с овощами | 50 | 0,595 | 2,06 | 3,725 | 35,8 |
| 274 | Кисель | 150 | 1,36 | - | 29,02 | 116,19 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого: 75-50 | | | | | |
| | | | | | | |
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i> | | | | | |
| | | выход | белки | жиры | углев. | ккал |
| 42 | Рассольник | 200 | 5,03 | 11,30 | 32,38 | 159,60 |
| 227 | Макароны отварные | 150 | 3,68 | 3,53 | 219,33 | 140,73 |
| 118 | Колбаса отварная | 100 | 11,7 | 22,8 | 0,3 | 258,0 |
| 454 | Соус томатный с овощами | 50 | 0,595 | 2,06 | 3,725 | 35,8 |
| 274 | Кисель | 200 | 1,36 | - | 29,02 | 116,19 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 90 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого:84-66 | | | | | |

«09» февраля 2021г.

Вторник(2-ой день)

| №реци | Наименование блюд | Выход гр. | белки | жиры | углев. | ккал |
|-------|--|-----------|-------|-------|--------|--------|
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i> | | | | | |
| 61 | Солянка | 200 | 6,36 | 7,28 | 9,26 | 130,20 |
| 241 | Пюре картофельное | 120 | 2,13 | 4,04 | 15,53 | 106,97 |
| 189 | Шницель мясной с яйцом | 80 | 10,68 | 11,72 | 5,74 | 176,75 |
| 283 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,56 | | 27,89 | 113,79 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого: 75-50 | | | | | |
| | | | | | | |
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i> | | | | | |
| | | выход | белки | жиры | углев. | ккал |

| | | | | | | |
|------------|-------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 61 | Солянка | 250 | 6,36 | 7,28 | 9,26 | 130,20 |
| 241 | Пюре картофельное | 120 | 2,13 | 4,04 | 15,53 | 106,97 |
| 189 | Шницель мясной с яйцом | 80 | 10,68 | 11,72 | 5,74 | 176,75 |
| 283 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,56 | | 27,89 | 113,79 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 90 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого:84-66 | | | | | |

«10» февраля 2021г.
среда (3-й день)

| №реци | Наименование блюд | Выход гр. | белки | жиры | углев. | ккал |
|--------------|--|----------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i> | | | | | |
| 31 | Салат картофельный с зеленым горошком | 150 | 3,04 | 11,38 | 10,76 | 157,00 |
| 102 | Каша «дружба» | 200 | 6,55 | 8,33 | 35,09 | 241,11 |
| 271 | Какао со сгущенным молоком | 150 | 3,78 | 3,92 | 26,04 | 154,15 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого: 75-50 | | | | | |
| | | | | | | |
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i> | | | | | |
| 31 | Салат картофельный с зеленым горошком | 250 | 3,04 | 11,38 | 10,76 | 157,00 |
| 102 | Каша «дружба» | 90 | 6,55 | 8,33 | 35,09 | 241,11 |
| 271 | Какао со сгущенным молоком | 150 | 3,78 | 3,92 | 26,04 | 154,15 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого:84-66 | | | | | |

«11» февраля 2021г.

Четверг(4-й день)

| №реци | Наименование блюд | Выход гр. | белки | жиры | углев. | ккал |
|-------|--|-----------|-------|-------|--------|--------|
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i> | | | | | |
| 74 | Суп с фрикадельками | 200 | 7,97 | 6,01 | 0,50 | 87,93 |
| 225 | Рис отварной | 120 | 2,48 | 3,63 | 25,18 | 143,37 |
| 180 | Гуляш из мяса кури | 70 | 21,68 | 24,21 | 6,74 | 331,53 |
| 285 | Кофейный напиток с сг/молоком | 150 | 2,01 | 2,39 | 25,65 | 131,87 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | Итого: 75-50 | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i> | | | | | |
| | | выход | белки | жиры | углев. | ккал |
| 74 | Суп с фрикадельками | 250 | 7,97 | 6,01 | 0,50 | 87,93 |
| 225 | Рис отварной | 120 | 2,48 | 3,63 | 25,18 | 143,37 |
| 180 | Гуляш из мяса кури | 100 | 21,68 | 24,21 | 6,74 | 331,53 |
| 285 | Кофейный напиток с сг/молоком | 200 | 2,01 | 2,39 | 25,65 | 131,87 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 90 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | | | | | | |
| | Итого:84-66 | | | | | |
| | | | | | | |

«12» февраля 2021г.

Пятница (5-й день)

| №реци | Наименование блюд | Выход гр. | белки | жиры | углев. | ккал |
|-------|--|-----------|-------|-------|--------|---------|
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 1-4кл</i> | | | | | |
| 57 | Суп пюре с гренками | 200 | 3,38 | 5,15 | 21,06 | 144,14 |
| 331 | Пирог с рисом и яйцом | 100 | 77,45 | 64,83 | 481,9 | 2820,87 |
| 299 | Чай с сахаром | 150 | - | - | 11,28 | 45,12 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | Итого: 75-50 | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | <i>Комплекс горячего питания об-ся 5-11кл.</i> | | | | | |
| | | выход | белки | жиры | углев. | ккал |
| 57 | Суп пюре с гренками | 250 | 3,38 | 5,15 | 21,06 | 144,14 |
| 331 | Пирог с рисом и яйцом | 120 | 77,45 | 64,83 | 481,9 | 2820,87 |

| | | | | | | |
|------------|-----------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| 299 | Чай с сахаром | 200 | - | - | 11,28 | 45,12 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 70,5 |
| | Итого:84-66 | | | | | |
| | | | | | | |

Зав. Производством _____
