

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
по организации питания  
АО "Департамент производства и  
социального питания"



## МЕНЮ

для учащихся с 11 лет и старше  
на 04.04.2024

| Наименование блюд   | выход               | стоимость    | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|---|---------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>               |                     |              |              |              |              |            |
| 532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)                              | 90                  |              | 0,4          | 0,4          | 8,8          | 42         |
| ТТК 2023 Салат-бар  | 60                  |              | 1,34         | 5,1          | 3,8          | 67         |
| помидоры свежие   | 40                  |              |              |              |              |            |
| фасоль консервиров.   | 15                  |              |              |              |              |            |
| масло растительное  | 5                   |              |              |              |              |            |
| ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с                  | 30/15               |              | 6,2          | 4,90         | 15,4         | 131        |
|   | <b>сред.</b>        | <b>2,65</b>  | <b>3,47</b>  | <b>9,33</b>  | <b>80</b>    |            |
| <b>1-ые БЛЮДА</b>   |                     |              |              |              |              |            |
| 103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками                 | 250/10              |              | 7            | 6,3          | 26,4         | 191        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>   |                     |              |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами                              | 65/25               |              | 1,34         | 5,1          | 3,8          | 67         |
| ТТК 2023 Котлеты Столичные                                      | 90                  |              | 12,4         | 13,5         | 7,8          | 199        |
| ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)                             | 90                  |              | 24           | 22,0         | 0,87         | 298        |
|   | <b>сред.</b>        | <b>12,58</b> | <b>13,53</b> | <b>4,16</b>  | <b>188</b>   |            |
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив. | 200/5               |              | 22,7         | 17,8         | 49,1         | 448        |
| ТТК 2021 Плов с птицей  | 40/160              |              | 15,44        | 19,3         | 45,88        | 419        |
|   | <b>сред.</b>        | <b>19,07</b> | <b>18,55</b> | <b>47,49</b> | <b>434</b>   |            |
| <b>ГАРНИРЫ</b>  |                     |              |              |              |              |            |
| 304/2015 Рис отварной   | 180                 |              | 4,6          | 6,5          | 48           | 269        |
| 309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)                      | 180                 |              | 6,8          | 5,4          | 43,1         | 248        |
| ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)                      | 150                 |              | 3,5083       | 8,25         | 28,417       | 202        |
|   | <b>сред.</b>        | <b>4,97</b>  | <b>6,72</b>  | <b>39,84</b> | <b>240</b>   |            |
| <b>НАПИТКИ</b>  |                     |              |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                    | 200/8               |              |              |              | 8            | 32         |
| ТТК 2021 Напиток из шиповника                                   | 200                 |              | 0,01         |              | 10,2         | 41         |
|   | <b>сред.</b>        | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b>  | <b>9,10</b>  | <b>37</b>    |            |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                         | 20/15               |              | 2,14         | 0,32         | 16,38        | 79         |
|   | <b>Итого с</b>      | <b>79,00</b> | <b>23,86</b> | <b>22,33</b> | <b>82,30</b> | <b>629</b> |
|   | <b>самост.блюдо</b> |              |              |              |              |            |
|   | <b>М-</b>           | <b>79,00</b> | <b>22,34</b> | <b>24,04</b> | <b>78,81</b> | <b>623</b> |
|   | <b>Итого-</b>       |              |              |              |              |            |

Зав.производством:

Калькулятор: