



| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Овощи свежие (огурцы) порционно | 010 | 0.07 | 0.01 | 0.19 | 1 |
| Жаркое "Рябушка" с зеленью | 200/2 | 14.15 | 14.5 | 20.45 | 273 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 031 | 2.23 | 0.75 | 14.91 | 77.5 |
| Булочка Домашняя | 050 | 3.52 | 6.45 | 27.99 | 185 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 53-41 | 20 | 22 | 79 | 593 |

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

| | | | | | |
|-----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Овощи свежие (огурцы) порционно | 010 | 0.07 | 0.01 | 0.19 | 1 |
| Жаркое "Рябушка" с зеленью | 200/2 | 14.15 | 14.5 | 20.45 | 273 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб целебный ржаной | 030 | 2.13 | 0.36 | 15.3 | 66 |
| Шафран с яблоками | 075 | 3.9 | 7.82 | 35.14 | 228 |
| Итого по меню Комплекс №1а | 61-31 | 20 | 23 | 86 | 625 |

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Биточки "Курочка Ряба" | 100 | 19.24 | 16.12 | 7.02 | 267 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10.3 | 7.94 | 50.67 | 318.6 |
| Кофейный напиток с вафлями ("милки-лакомки") | 200/1шт | 1.78 | 6.34 | 27.59 | 168 |
| Хлеб целебный | 030 | 1.76 | 0.28 | 13.32 | 66 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 67-20 | 33 | 31 | 99 | 820 |

Меню: Комплекс №3

Обед

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной | 250 | 1.84 | 5.48 | 10.52 | 109 |
| Плов из говядины | 220 | 15.98 | 16.58 | 42.87 | 395 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0.18 | 0.04 | 16.59 | 65 |
| Батон | 027 | 1.94 | 0.66 | 12.99 | 67.5 |
| Итого по меню Комплекс №3 | 67-20 | 20 | 23 | 83 | 636 |

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша пшеничная вязкая молочная | 100 | 4.18 | 2.42 | 21.52 | 124 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 025 | 1.8 | 0.61 | 12.02 | 62.5 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 8-00 | 6 | 3 | 49 | 243 |

Меню: Комплекс №7

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|----------|----------|----------|----------|
| Обед | шт. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №7 | 81-85 | 0 | 0 | 0 | 0 |

Зав.производством: Мух

Калькулятор: Сол