



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 3 день: 1

№ 05 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "ВЕСНА" (Капуста пекинская, Редис, Лук зелёный, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	1,05	5,15	2,54	60,71
СУП-БУЛЬОН С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ (Цыплята бройлер, Яйцо, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	7,03	6,68	12,88	140,31
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (П/Ф КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ", Масло растительное)	100	9,55	7,16	13,9	158,24
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Обед	1 110	33,44	32,47	129,79	947,17
Итого за день	1 110	33,44	32,47	129,79	947,17

Зав. производством

Директор школы



А. Константинов



Меню Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 3 день: 2

"06" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,72	2,54	5,4	47,34
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	250	7	9	8	141
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ (Батон, Меланж яичный, Свинина, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11,78	9,22	20,56	212,33
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	180	2,77	8,17	17,23	154,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (Крахмал, Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		24,57	98,64
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
СОЧНИ	50	2,11	2,55	16,8	98,59
Итого за Обед	1 050	30,74	33,49	137,88	980,05
Итого за день	1 050	30,74	33,49	137,88	980,05

Зав. производством

[Signature]

Директор школы *[Signature]* *Константинов*





Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 3 день: 3

"07" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "МОЗАИКА" (Кукуруза консервированная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	1,5	7,5	9,17	113,33
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10	4,84	7,69	12,86	143,14
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (рубленный) (Яйцо, Рыба филе с/м, Петрушка свежая, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11	4,1	3,3	94,1
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,16	5,95	22,3	159,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,26	0,09	14,4	58,5
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	200	5,6	5,07	26	172
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Обед	1 210	33,23	32,61	135,65	977,41
Итого за день	1 210	33,23	32,61	135,65	977,41

Зав. производством

[Signature]

Директор



А. Комаров



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 4 день: 1

"12" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	11,5	68,4
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	250	7	9	8	141
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ (П/Ф КОТЛЕТЫ "МОСКОВСКИЕ", Масло растительное)	100	8,53	8,4	22,4	199,33
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	200	5,6	5,07	26	172
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Обед	1 175	30,97	32,56	145,65	1003,47
Итого за день	1 175	30,97	32,56	145,65	1003,47

Зав. производством

[Signature]



Директор школы

[Signature]



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 4 день: 2

"13" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	100	0,49	1,37	5,1	34,69
БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста квашенная, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10	4,84	7,69	12,86	143,14
ПАЭЛЬЯ С КУРИЦЕЙ (Кукуруза консервированная, Цыпленок бройлер, Куркума молотая, Овощи замороженные (перец), Чеснок, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Помидоры свежие, Рис, Соль, Овощи замороженные (фасоль))	280	14,61	18,2	36,26	367,26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр , Батон)	30	4,1	2,8	9,5	82
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные , Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
СОЧНИ	50	2,11	2,55	16,8	98,59
Итого за Обед	1 040	30,18	33,43	122,52	919,09
Итого за день	1 040	30,18	33,43	122,52	919,09

Зав. производством

[Signature]

Директор *[Signature]* А. Константинов





Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 4. день: 3

"14" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (Сыр , Свекла очищенная, Масло растительное)	100	2,2	4,5	5,6	71,7
СОЛЯНКА МЯСНАЯ СО СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Свинина, Картофель очищенный, Вода питьевая, Говядина, Лук печеный, Масло растительное, Огурцы соленные, Сметана, Соль)	250/5	9,13	8,63	9,93	174,38
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ (Масло растительное, П/Ф КОТЛЕТА "ОСОБАЯ")	100	10,85	7,77	16,35	178,73
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное, Соль)	180	2,88	6,96	22,8	165,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,26	0,09	14,4	58,5
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	2,4	2,7	18,5	107,9
Итого за Обед	1 080	33,19	32,46	136,65	991,52
Итого за день	1 080	33,19	32,46	136,65	991,52

Зав. производством

Директор и.п.о.



А. Комаров



Меню Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 4 день: 4

№ 15 от 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	1,94	2,5	31,46
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Соль)	250/10	4,86	8,44	6,66	122,24
ПЛОВ СО СВИНИНОЙ (Свинина, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	280	18,48	17,01	41,72	393,89
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
СОЧНИ	50	2,11	2,55	16,8	98,59
Итого за Обед	1 050	32,62	31,74	122,55	909,99
Итого за день	1 050	32,62	31,74	122,55	909,99

Зав. производством

Тру



Директор школы

Константинов



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 4 день: 5

"16 05" 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "ВЕСНА" (Капуста пекинская, Редис, Лук зелёный, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	1,05	5,15	2,54	60,71
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250/40	8,25	4,5	27,85	184,9
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (Яйцо, Батон, Рыба филе с/м, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	9,3	8,9	3	132,9
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Обед	1 135	33,59	31,59	127,94	935,3
Итого за день	1 135	33,59	31,59	127,94	935,3

Зав. производством

[Signature]

Директор школы *[Signature]* А Константинов





Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 1 день: 1

"19" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,72	2,54	5,4	47,34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250/40	8,25	4,5	27,85	184,9
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	100	8,23	9,2	7,3	144,92
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл- сливочное 82,5% Соль)	180	4,32	5,52	12,48	116,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Обед	1 160	33,59	29,21	128,65	912,65
Итого за день	1 160	33,59	29,21	128,65	912,65

Зав. производством

Григорьев

Директор

Иванов



Константинов



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 1 день: 2

"20" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "ВЕСНА" (Капуста пекинская, Редис, Лук зелёный, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	1,05	5,15	2,54	60,71
БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - ласта, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста квашенная, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10	4,84	7,69	12,86	143,14
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ (Батон, Меланж яичный, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	10,96	8,08	12,71	167,42
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	180	0,91	0,16	18,54	79,25
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
СОЧНИ	50	2,11	2,55	16,8	98,59
Итого за Обед	1 050	29,03	31,78	130,88	932,59
Итого за день	1 050	29,03	31,78	130,88	932,59

Зав. производством _____

Директор _____



А. Консентиков



Меню Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 1 день: 3

"21" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	8,6	56,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное)	250	6,4	4,5	18,6	141
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	280	16,24	21	35,84	397,32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,18		5,85	24,12
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	200	5,6	5,07	26	172
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Обед	1 070	31,64	34,38	126,82	943,89
Итого за день	1 070	31,64	34,38	126,82	943,89

Зав. производством

[Signature]

Директор школы



[Signature] Константин



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 1 день: 4

"22" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (Сыр , Свекла очищенная, Масло растительное)	100	2,2	4,5	5,6	71,7
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соли)	250	7	9	8	141
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Петрушка свежая, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ, Вода питьевая, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соли)	100	11,19	10,47	14,54	197,13
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соли)	180	4,16	5,95	22,3	159,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
СОЧНИ	50	2,11	2,55	16,8	98,59
Итого за Обед	1 050	31,66	33,72	124,98	930,27
Итого за день	1 050	31,66	33,72	124,98	930,27

Зав. производством

Директор школы



Константинов



Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 1 день: 5

"23" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	100	0,49	1,37	5,1	34,69
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко , Вода питьевая, Капуста б/х свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	250	2,4	4,5	8,76	48,2
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана , Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ")	280	16,76	20,4	44,76	429,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные , Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
БУЛОЧКА С МАКОМ	50	3,42	2,25	17,5	105,93
Итого за Обед	1 105	32,31	34,42	118,46	877,77
Итого за день	1 105	32,31	34,42	118,46	877,77

Зав. производством





Меню
Комплексный обед 12-18 (сезон весна/лето)

Неделя 2 день: 1

"26" 05 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	11,5	68,4
СОЛЯНКА МЯСНАЯ СО СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Свинина, Картофель очищенный, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Сметана, Соль)	250/5	9,13	8,63	9,93	174,38
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА) (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	280	14,24	15,9	30,88	323,62
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,26	0,09	14,4	58,5
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Обед	1 100	34,08	33,64	118,96	935,03
Итого за день	1 100	34,08	33,64	118,96	935,03

Зав. производством

Триш

Директор школы



А. Конягин