



Льготная категория 1 смена 7- 11 лет  
 Льготная категория 1 смена с 12 лет и старше

### МЕНЮ 1-й вариант

«15» декабря 2022 г.

2 неделя четверг

| № рецептуры    | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА   | Вес блюда      | ЦЕНА          | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы, г   | ЭЦ,Ккал        |
|----------------|--|----------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 1              | 2  | 3              | 4             | 5            | 6            | 7             | 8              |
| <b>Завтрак</b> |  |                |               |              |              |               |                |
| 71             | Овощи натуральные свежие (помидоры)  | 60             | 28.35         | 0.66         | 0.10         | 1.90          | 11.00          |
| 310            | Картофель отварной   | 180            | 35.62         | 3.43         | 3.71         | 29.51         | 166.59         |
| 295            | Биточки куриные по - Белорусски  | 100            | 70.80         | 9.96         | 13.60        | 13.50         | 192.93         |
| ПП             | Хлеб пшеничный   | 40             | 7.48          | 2.80         | 0.40         | 19.60         | 94.00          |
| ПП             | Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием) | 20             | 5.50          | 1.64         | 0.68         | 14.20         | 52.56          |
| 376            | Чай с сахаром  | 200            | 4.25          | 0.06         | 0.02         | 15.01         | 60.01          |
|                | <b>итого за завтрак:</b>   | <b>600.00</b>  | <b>152.00</b> | <b>18.55</b> | <b>18.51</b> | <b>93.72</b>  | <b>577.09</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |                |               |              |              |               |                |
| 55             | Салат из свеклы с огурцами солеными  | 100            | 26.40         | 1.42         | 6.03         | 6.28          | 85.00          |
| 102            | Суп картофельный с горохом и зеленью   | 251            | 15.72         | 5.06         | 4.85         | 15.21         | 148.25         |
| 203            | Макароны отварные с маслом   | 180            | 14.76         | 7.20         | 4.39         | 43.94         | 243.77         |
| 246            | Гуляш из отварной говядины   | 100            | 108.17        | 13.36        | 14.08        | 3.27          | 164.00         |
| 393            | Компот из черной смородины   | 200            | 30.94         | 0.30         | 0.12         | 22.15         | 90.80          |
| ПП             | Хлеб пшеничный   | 33             | 6.31          | 2.31         | 0.33         | 16.17         | 77.55          |
| ПП             | Хлеб столичный   | 30             | 5.70          | 2.04         | 0.30         | 13.50         | 64.80          |
| ПП             | Печенье сахарное   | 40             | 18.00         | 2.96         | 3.76         | 29.24         | 162.80         |
|                | <b>итого за обед:</b>  | <b>934.00</b>  | <b>226.00</b> | <b>34.65</b> | <b>33.86</b> | <b>149.76</b> | <b>1036.97</b> |
|                | <b>итого за завтрак и обед:</b>  | <b>1534.00</b> | <b>378.00</b> | <b>53.20</b> | <b>52.37</b> | <b>243.48</b> | <b>1614.06</b> |



И.О. директора Школы С.В. Ш  
Мед. работник  
Повар бригадир