

24 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		

**ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

5.6	6.4	24.8	179	150/5	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом слив
8.4	16.4	7.4	241	20/20/5	Бутерброд с сыром, маслом сл.
0.3	0.11	15.2	62	200	Чай с сахаром
0.3	0.3	22.4	35	100	Яблоко свежее
15	23	70	517		

**ОБЕД -БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

2.16	6.12	4.68	82	060	Салат Степной
4.9	5.03	9.92	131	200/10	Суп крестьянский с крупой и свиной
12.2	3.24	5.4	99	090	Котлета рыбная любительская
2.9	4.7	23.5	148	150	Картофель отварной с маслом сливочным
0.7	0.3	24.4	103	200	Напиток лимонный с вит С
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроэлементами
26	20	94	680		

**ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ - БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

3.6	10.2	7.8	137	100	Салат Степной
6.06	8.89	12.28	152	250/10	Суп крестьянский со свиной
12.2	3.24	5.4	99	100	Котлета рыбная любительская
3.48	5.64	28.2	178	180	Картофель отварной с маслом сливочным
0.7	0.3	24.4	103	200	Напиток лимонный с вит С
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.04	1.12	25.44	106	040	Батон обогащенный микроэлементами
0.3	0.3	22.4	35	100	Яблоко свежее
32	30	143	892		

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_ Кириллова Т.Ю.



Кириллова Т.Ю.

24 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЦИОН-50 РУБЛЕЙ**

5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
0	0	0	0	1/35	Зефир в инд.упаковке
5	2	25	150		

**ЗАВТРАК АБОНЕМЕНТ-70РУБ.**

3.26	6.51	20.15	154	150/5	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом слив
6	6	13.2	215	20/20/5	Бутиерброд с сыром, маслом сл.
0.3	0.11	15.2	62	200	Чай с сахаром
0.3	0.3	22.4	35	100	Яблоко свежее
10	13	71	468		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ -120.РУБЛЕЙ**

2.16	6.12	4.68	82	060	Салат Степной
2.88	4.82	11.44	94	200/10	Суп крестьянский с крупой и свиной
14.27	13.68	13.55	234	090	Котлета рыбная любительская
2.9	4.7	23.5	148	150	Картофель отварной
0.2	0	25.7	106	200	Напиток лимонный с вит С
2	1.3	13.55	74	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.88	0.75	12.75	65	025	Батон обогащенный микроэлементами
28	31	105	803		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ-170РУБЛЕЙ**

4.8	6.06	9.12	110	060	Салат Свеклка
2.88	4.82	11.44	94	200/10	Суп крестьянский с крупой и свиной
17.4	12.27	5.2	201	050/050	Бефстроганов из свинины
5.51	4.8	31.31	191	150	Макаронные изделия отварные
0	0	9	36	200	Фруктовый сок в инд.упаковке
3.2	2.08	21.68	118	040	Школьный хлеб (п-ф)
2.67	2	30.67	143	050	Ватрушка с творогом (п-ф)
38	32	118	893		

**ПОЛДНИК АБОНЕМЕНТЫ- 65 РУБЛЕЙ**

24.9	39.6	37.2	600	050/80/10	Бургер с котлетой из говядины
0.3	0.11	15.2	62	200	Чай с сахаром
25	40	52	662		

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Кириллова Т.Ю.



Кириллова Т.Ю.

25 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белок	Жиры	Углево	ККал		

**ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

4.8	7.75	20.77	174	150/5	Каша из пшена и риса молочная жидкая-Дружба-
4.98	8.8	8.27	133	20/20	Бутерброд с джемом или повидлом
1.5	1.3	22.4	107	200	Кофейный напиток с молоком
0.33	0	20.6	40	100	Груша
12	18	72	454		

**ОБЕД -БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

1.66	6.06	2.22	66	060	Салат Половинский
6.82	5.7	7.4	113	200/5	Щи из кваш.капусты с картофелем со сметаной
17.74	16.78	15.6	243	090	Котлета рубленая из птицы
3.24	11.65	12.11	167	150	Рагу из овощей
0.1	0.1	27.9	113	200	Кисель плодовоягодный с вит С
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроэлементами
4.1	2.5	32	168	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
37	44	124	987		

**ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ - БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

1.5	10.1	4.4	115	100	Салат Половинский
5.94	7.52	7.29	139	250/5	Щи из кваш.капусты с картофелем со сметаной
18.6	14.2	17	270	100	Котлета рубленая из птицы
3.6	4.6	37.7	206	180	Каша гречневая рассыпчатая
0.1	0.1	27.9	113	200	Кисель плодовоягодный с вит С
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.04	1.12	25.44	106	040	Батон обогащенный микроэлементами
1.14	0.52	14.66	61	100	Апельсины
37	38	151	1092		

Руководитель

Зав.производством

Калькулятор

Кириллова Т.Ю.





25 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЦИОН-50 РУБЛЕЙ**

0	0	9	36	200	Фруктовый сок в инд.упаковке
0	0	0	0	1/35	Зефир в инд.упаковке
0	0	9	36		

**ЗАВТРАК АБОНЕМЕНТ-70РУБ.**

3.26	7.91	14.73	145	150/5	Каша из пшена и риса молочная жидкая-Дружба-
4.98	8.8	8.27	133	20/20	Бутерброд с джемом или повидлом
1.5	1.3	5.6	24	200	Кофейный напиток с молоком
0.8	0	7.8	36	100	Мандарины
11	18	36	338		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ -120.РУБЛЕЙ**

0.66	6.06	2.22	66	060	Салат Половинский
7.6	8.08	5.92	156	200/5	Щи из кваш.капусты с картофелем со сметаной
16.74	12.78	15.3	243	090	Котлета рубленая из птицы
3.24	12.48	12.72	176	150	Рагу овощное
0.11	0	27.67	114	200	Кисель плодовогадный с вит С
2	1.3	13.55	74	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.88	0.75	12.75	65	025	Батон обогащенный микроукриентами
5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
37	44	115	1044		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ-170РУБЛЕЙ**

2.5	1.25	3.35	362	40/30	Яйцо вареное с зел.горошком
7.6	8.08	5.92	156	200/5	Щи из кваш.капусты с картофелем со сметаной
25	30.84	46.16	550	250	Плов из филе птицы
0.11	0	27.67	114	200	Кисель плодовогадный с вит С
3.2	2.08	21.68	118	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.02	1.2	20.4	104	040	Батон обогащенный микроукриентами
5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
46	46	150	1554		

**ПОЛДНИК АБОНЕМЕНТЫ- 65 РУБЛЕЙ**

8.64	12.93	34.93	294	150/5	Макароны запеченные с сыром
5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
0.3	0.11	15.2	62	200	Чай с сахаром
14	15	75	506		

Руководитель  
Зав.производствам  
Калькулятор

Кириллова Т.Ю.



26 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

10.6	17.5	2	208	150	Омлет натуральный
0.6	0	13	22	040	Помидор свежий (порционный)
2	9	7.5	141	010/20	Бутерброд с маслом сливочным
2.9	2.5	24.8	134	200	Какао с молоком
16	29	47	505		

**ОБЕД -БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

0.1	1.08	3.42	47	060	Огурец свежий (порционный)
3	4.8	17.2	133	200/10/5	Рассольник ленинградский с курой сметаной
13.4	7.6	11.8	326	100	Печень по-строгановски
5.5	4.8	31.3	191	150	Макаронные изделия отварные
0.6	0.1	31.67	131	200	Компот из смеси сухофруктов с вит С
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроэлементами
26	19	122	945		

**ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ - БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

0.7	5.1	2.3	103	100	Салат из свежих огурцов
6.4	6.6	17.05	110	250/10/5	Рассольник ленинградский с курой сметаной
13.1	12.1	8.7	166	100	Печень тушеная в соусе сметанном
6.61	5.76	37.57	229	180	Макаронные изделия отварные
0.6	0.1	31.67	131	200	Компот из смеси сухофруктов с вит С
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.04	1.12	25.44	106	040	Батон обогащенный микроэлементами
4.1	2.5	32	168	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
37	34	172	1095		

Руководитель

Зав. производством

Калькулятор

Кириллова Т.Ю.



26 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЦИОН-50 РУБЛЕЙ**

5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
3.54	17.4	36.48	316	060	Вафли обогащенные
9	20	61	466		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ -120.РУБЛЕЙ**

0.1	1.08	3.42	47	060	Огурец свежий (порционный)
3	4.8	17.2	133	200/10/5	Рассольник ленинградский с курой сметаной
13.4	9.6	5.9	163	050/50	Печень по-строгановски
5.5	4.8	31.3	191	150	Макаронные изделия отварные
0.6	0.1	31.67	131	200	Компот из смеси сухофруктов с вит С
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроэлементами
26	21	116	782		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ-170РУБЛЕЙ**

1.58	8.78	3.76	100.8	060	Салат витаминный
3	4.8	17.2	133	200/10/5	Рассольник ленинградский с курой сметаной
27	36.5	51	640	250	Запеканка картофельная с мясом
0	0	9	36	200	Фруктовый сок в инд.упаковке
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.54	17.4	36.48	316	060	Вафли обогащенные
38	68	134	1308		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЦИОН-50 РУБЛЕЙ**

8.6	8.7	32.7	245	100	Пицца школьная (п-ф)
0	0	9	36	200	Фруктовый сок в инд.упаковке
9	9	42	281		

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_ Кириллова Т.Ю.



Кириллова Т.Ю.



27 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

4.6	6.2	20.7	157	150/5	Каша манная молочная с маслом сливочным
3.65	10.7	11.5	142	20/5/20	Бутерброд с маслом и яйцом
0.3	0.11	15.2	62	200	Чай с сахаром
0.33	0	20.6	40	100	Груша
9	17	68	401		

**ОБЕД -БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

2.4	6.06	2.64	69	060	Салат Школьные годы
4.48	9.82	15.6	139	200/10/5	Борщ с картофелем, свиной и сметан
20.08	3.29	13.07	301	090	Рыба запеченная с яйцом
4.7	5.76	18.82	139	150	Картофельное пюре с морковью
0.7	0.3	24.4	103	200	Напиток лимонный с вит С
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроукриентами
4.1	2.5	32	168	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
40	29	133	1036		

**ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ - БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

1.5	10.1	4.4	115	100	Салат Школьные годы
6.13	9.51	15.3	171	250/10/5	Борщ с кртофелем, свиной и сметан
11.5	4.1	12.6	150	100	Рыба запеченная с яйцом
3.6	6.91	22.58	167	180	Картофельное пюре с морковью
0.7	0.3	24.4	103	200	Напиток лимонный с вит С
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.04	1.12	25.44	106	040	Батон обогащенный микроукриентами
0.33	0	20.6	40	100	Груша
30	32	142	934		

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Кириллова Т.Ю.



Зав. р.в. ЧР

27 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЦИОН-50 РУБЛЕЙ**

5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
3.3	6.2	27.9	180	050	Булочка домашняя (п-ф)
8	8	53	330		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ -120.РУБЛЕЙ**

2.4	6.06	2.64	69	060	Салат Школьные годы
4.48	9.82	15.6	139	200/10/5	Борщ с картофелем, свиной и смет
20.08	3.29	13.07	301	090	Рыба запеченная с яйцом
4.7	5.76	18.82	139	150	Картофельное пюре с морковью
0.7	0.3	24.4	103	200	Напиток лимонный с вит С
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроэлементами
5	2.13	25	150	125 гр.	Йогурт в инд.упаковке
41	28	126	1018		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ-170РУБЛЕЙ**

2.4	6.06	2.64	69	060	Салат Школьные годы
4.48	9.82	15.6	139	200/10/5	Борщ с картофелем, свиной со сметаной
8.22	8.61	9.45	148	100	Рыба тушеная с овощами
3.7	6.3	32.8	203	150	Рис отварной
0.7	0.3	24.4	103	200	Напиток лимонный с вит С
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
0	0	0	0	1/35	Зефир в инд.упаковке
22	31	102	744		

**ПОЛДНИК АБОНЕМЕНТЫ- 65 РУБЛЕЙ**

12.6	12.25	80.7	483	150/20	Оладьи с повидлом
0	0	0	0	200	Коктейль молочный
13	12	81	483		

Руководитель \_\_\_\_\_  
 Зав. производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Кириллова Т.Ю.



26.11.2022 Ч.В.



28 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

3.28	7.91	14.73	145	150/5	Каша из пшена и риса молочная жидкая-Дружба-
6	6	13.2	215	20/25/5	Бутерброд с сыром маслом
0.3	0.11	15.2	62	200	Чай с сахаром
0.3	0.3	22.4	35	100	Яблоко свежее
10	14	66	457		

**ОБЕД -БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

4.3	7.8	4	104	060	Винегрет овощной с маслом растительным
3.9	2.96	2.9	104	200	Суп картофельный с макаронами
77.5	92.5	18	975	50/50	Птица тушеная в сметанном соусе
3.7	6.3	32.8	203	150	Рис отварной
0.2	0.2	27.9	115	200	Компот из свежих плодов
1.7	0.2	10.8	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроукриентами
93	111	112	1618		

**ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ - БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ**

1.4	10.1	6.6	128	100	Винегрет овощной с маслом растительным
3.9	2.8	23.75	121	250	Суп картофельный с макаронами
73.5	40	21.5	960	60/60	Птица тушеная в сметанном соусе
4.44	7.56	39.36	244	180	Рис отварной
0.2	0.2	27.9	115	200	Компот из свежих плодов
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.04	1.12	25.44	106	040	Батон обогащенный микроукриентами
6.1	9.2	26.4	170	050	Булочка домашняя (п-ф)
95	71	188	1926		

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Кириллова Т.Ю.



28 Января 2022 г.

**МЕНЮ 302**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЦИОН-50 РУБЛЕЙ**

0	0	9	36	200	Фруктовый сок в инд.упаковке
4	2.6	27.1	149	050	Сдоба обыкновенная (п-ф)
4	3	36	185		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ -120.РУБЛЕЙ**

4.3	7.8	4	104	060	Винегрет овощной с маслом растительным
3.9	2.96	2.9	104	200	Суп картофельный с макаронами
77.5	92.5	18	975	50/50	Птица тушеная в сметанном соусе
3.7	6.3	32.8	203	150	Рис отварной
0.2	0.2	27.9	115	200	Компот из свежих плодов
1.7	0.2	10.6	51	025	Школьный хлеб (п-ф)
1.9	0.7	15.9	66	025	Батон обогащенный микроэлементами
93	111	112	1618		

**ОБЕД АБОНЕМЕНТЫ-170РУБЛЕЙ**

0.54	6.06	1.74	64	060	Салат из свежих помидоров и огурцов
3.9	2.96	2.9	104	200	Суп картофельный с макаронами
16.51	8.71	2.93	156	050/15	Поджарка из свинины
3.06	5.88	19.2	141	150	Картофельное пюре с морковью
0	0	9	36	200	Фруктовый сок в инд.упаковке
2.72	0.32	16.96	82	040	Школьный хлеб (п-ф)
3.3	6.2	27.9	180	050	Булочка домашняя (п-ф)
30	30	81	763		

**ПОЛДНИК АБОНЕМЕНТЫ- 65 РУБЛЕЙ**

4.85	6.2	21.2	161	100/10	Картофельные оладьи с маслом сл.
0.27	0.1	13.68	56	180	Чай с сахаром
5	6	35	217		

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Кириллова Т.Ю.

