

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "СТОЛОВАЯ № 14"  
Филиппов С.Н.

### МЕНЮ (Льготное)

29 сентября 2022 г.

Выход, г	<b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2022год</b>	
180/5	<b>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</b>	
	Крупа рисовая, Молоко, Масло сливочное, Соль	Б - 4,85 г, Ж - 7,51 г, У - 27,78 г, ЭЦ - 189,7 ккал
10	<b>Сыр порциями</b>	
		Б - 2,3 г, Ж - 2,96 г, У - 0 г, ЭЦ - 36,33 ккал
180	<b>Какао с молоком</b>	
	Какао-порошок, Сахар-песок	Б - 2,61 г, Ж - 2,25 г, У - 22,32 г, ЭЦ - 121 ккал
25	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>	
		Б - 2 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 66 ккал
30	<b>Пряник</b>	
		Б - 1,8 г, Ж - 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,80 ккал

Выход, г	<b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2022 год</b>	
60	<b>Салат из свеклы отварной с маслом растительным</b>	
	Свекла свежая, Масло растительное, Соль	Б - 2,7 г, Ж - 6,53 г, У - 3,6 г, ЭЦ - 54 ккал
200/5/5	<b>Щи из свежей капусты с картофелем, курой отварной и сметаной</b>	
	Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное	Б - 4,8 г, Ж - 8 г, У - 8,2 г, ЭЦ - 189 ккал
90	<b>Котлета рыбная любительская</b>	
	Минтай филе с/м, Морковь свежая, Лук репчатый, Батон нарезной обогащенный, Яйца куриные, Молоко, Масло растительное, Соль	Б - 10,26 г, Ж - 3,26 г, У - 5,4 г, ЭЦ - 99 ккал
150	<b>Пюре картофельное</b>	
	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль	Б - 3,1 г, Ж - 5,4 г, У - 20,3 г, ЭЦ - 141 ккал
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b>	
	Кисель плодово-ягодный из концентрата, Сахар-песок	Б - 0,1 г, Ж - 0,1 г, У - 27,90 г, ЭЦ - 113 ккал
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>	
		Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>	
		Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Выход, г	<b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2022год</b>	
100	<b>Салат из свеклы отварной с маслом растительным</b>	
	Свекла свежая, Масло растительное, Соль	Б - 4,1 г, Ж - 10,88 г, У - 6 г, ЭЦ - 91 ккал
250/15/5	<b>Щи из свежей капусты с картофелем, курой отварной и сметаной</b>	
	Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное	Б - 6,17 г, Ж - 10,3 г, У - 10,54 г, ЭЦ - 243 ккал
100	<b>Котлета рыбная любительская</b>	
	Минтай филе с/м, Морковь свежая, Лук репчатый, Батон нарезной обогащенный, Яйца куриные, Молоко, Масло растительное, Соль	Б - 13,6 г, Ж - 3,6 г, У - 5,75 г, ЭЦ - 110 ккал
180	<b>Пюре картофельное</b>	
	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль	Б - 5,2 г, Ж - 6,48 г, У - 22,3 г, ЭЦ - 169 ккал
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b>	
	Кисель плодово-ягодный из концентрата, Сахар-песок	Б - 0,1 г, Ж - 0,1 г, У - 27,90 г, ЭЦ - 113 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>	
		Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 198 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>	
		Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
30	<b>Пряник</b>	
		Б - 1,8 г, Ж - 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,80 ккал