

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

Ф.И.О.



МЕНЮ (Льготное)

11 день

04 октября 2022 г.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

АО "СТОЛОВАЯ № 14"

Филиппов С.Н.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2022год	
150	Омлет натуральный Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 14,4 г, Ж - 18,87 г, У - 5,72 г, ЭЦ - 283,63 ккал	
200/5	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал	
25	Батон обогащенный микронутриентами Б - 2г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал	
100	Яблоко свежее Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	
25	Печенье Б - 2,5 г, Ж - 2 г, У - 9 г, ЭЦ - 55,20 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2022 год	
60	Салат из квашенной капусты Капуста квашенная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное Б - 0,96 г, Ж - 3,06 г, У - 4,62 г, ЭЦ - 49,9 ккал	
200/5/5	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Соль, Курица отварная, Сметана Б - 2,55 г, Ж - 4,11 г, У - 8,36 г, ЭЦ - 81 ккал	
240	Плов с курицей Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль Б - 18,47 г, Ж - 17 г, У - 44,3 г, ЭЦ - 394,4 ккал	
200	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 29,7 г, ЭЦ - 131 ккал	
40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,96 г, ЭЦ - 136 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2022год	
100	Салат из квашенной капусты Капуста квашенная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное Б - 1,8 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал	
250/15/5	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Соль, Курица отварная, Сметана Б - 3,27 г, Ж - 5,28 г, У - 10,75 г, ЭЦ - 104 ккал	
250	Плов с курицей Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль Б - 19,2 г, Ж - 17,7 г, У - 46,1 г, ЭЦ - 410,8 ккал	
200	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 29,7 г, ЭЦ - 131 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 136 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,96 г, ЭЦ - 136 ккал	
40	Печенье в ассортименте Б - 5 г, Ж - 4 г, У - 18 г, ЭЦ - 110,40 ккал	

Главный технолог

Зав. производством