

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О. **РЕКТОР ШКОЛЫ**



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



МЕНЮ (Льготное)

11 день

10 марта 2023 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023 год	
150	Омлет натуральный Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 14,4 г, Ж - 18,87 г, У - 14,6 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	
50	Печенье в ассортименте Б - 6,0 г, Ж - 5,0 г, У - 22,5 г, ЭЦ - 138,0 ккал	
100	Яблоко свежее Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год	
60	Салат из квашеной капусты Капуста квашенная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное Б - 0,96 г, Ж - 3,06 г, У - 4,62 г, ЭЦ - 49,8 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 2023 год	
100	Салат из квашеной капусты Капуста квашенная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное Б - 1,6 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал	
250/15/10	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 - 3,4 г, Ж - 6,0 г, У - 10,9 г, ЭЦ - 112 ккал	
280	Плов с курицей Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль Б - 21,5 г, Ж - 19,8 г, У - 52,0 г, ЭЦ - 460,1 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 - 138 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,96 г, ЭЦ - 136 ккал	
150	Яблоко свежее Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14 г, ЭЦ - 64 ккал	
100	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 3,7 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал	
75	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 4,0 г, Ж - 6,2 г, У - 41,0 г, ЭЦ - 228,9 ккал	

Главный технолог

Зав. производством