

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №1												
1. Каша молочная пшеничная с маслом	200	6	11	34	265	200	6	11	34	265	182	
2. Фрукты свежие	175	2	0	14	75	175	2	0	14	75	338	
3. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	627	12	15	86	543	627	12	15	86	543		
Обед №1												
1. Салат из моркови с сахаром	60	1	0	9	41	100	2	0	15	68	62	
2. Борщ украинский	200	3	5	9	90	250	4	6	11	113	82	
3. Котлета "Нежность" запеченая	100	14	31	8	368	100	14	31	8	368	268	
4. Гречка отварная с овощами	150	5	7	22	172	180	6	9	26	206	171	
5. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	770	27	45	93	887	890	30	48	105	971		
Итого за день:	1397	39	61	179	1429	1517	42	63	191	1514		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №1												
1. Салат из моркови с сахаром	60	1	0	9	41	100	2	0	15	68	62	
2. Борщ украинский	200	3	5	9	90	250	4	6	11	113	82	
3. Котлета "Нежность" запеченая	100	14	31	8	368	100	14	31	8	368	268	
4. Гречка отварная с овощами	150	5	7	22	172	180	6	9	26	206	171	
5. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	770	27	45	93	887	890	30	48	105	971		
Полдник №1												
1. Горячий бутерброд с сыром и маслом	43	6	6	13	131	43	6	6	13	131	7	
2. Кондитерское изделие (печенье)	50	4	6	36	202	85	7	10	61	343	-	
3. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377	
Итого за полдник:	315	10	12	64	395	350	13	16	89	536		
Итого за день:	1085	37	58	157	1281	1240	43	64	194	1507		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №1												
1. Салат из моркови с сахаром	60			1	0	9	41			12,00р.	62	
2. Борщ украинский	200			3	5	9	90			22,00р.	82	
3. Котлета "Нежность" запеченая	100			14	31	8	368			48,00р.	268	
4. Гречка отварная с овощами	150			5	7	22	172			18,00р.	171	
5. Компот из яблок	200			0	0	17	70			9,00р.	342	
6. Хлеб ржаной	60			4	2	28	146			6,00р.	59309	
Итого:	770			27	45	93	887					

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №2												
1. Салат из картофельный с соленым огурцом	60	1	4	6	66	100	2	7	10	109	42	
2. Макароны отварные с сыром	200	12	10	44	316	200	12	10	44	316	204	
3. Кофейный напиток с молоком	200	4	4	19	121	200	4	4	19	121	379	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	512	21	22	95	657	552	22	25	99	700		
Обед №2												
1. Суп картофельный	200	2	2	10	69	250	3	3	13	86	97	
2. Котлеты рыбная (минтай) запеченная	90	10	11	9	175	90	10	11	9	175	54-3р	
3. Рис отварной с овощами	150	4	6	22	198	180	5	7	26	238	171	
4. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	700	21	21	95	695	780	23	23	102	752		
Итого за день:	1212	42	43	190	1352	1332	45	48	201	1452		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №2												
1. Суп картофельный	200	2	2	10	69	250	3	3	13	86	97	
2. Котлеты рыбная (минтай) запеченная	90	10	11	9	175	90	10	11	9	175	54-3р	
3. Рис отварной с овощами	150	4	6	22	198	180	5	7	26	238	171	
4. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	700	21	21	95	695	780	23	23	102	752		
Полдник №2												
1. Салат из свежей капусты	100	2	9	10	122	150	3	14	15	183	45	
2. Сок фруктовый	200	1		20	84	200	1		20	84	389	
Итого за полдник:	300	3	9	30	206	350	4	14	35	267		
Итого за день:	1000	24	30	125	901	1130	27	37	137	1019		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №2												
1. Суп картофельный	200		2	2	10	69				18,00р.	97	
2. Котлеты рыбная (минтай) запеченная	90		10	11	9	175				50,00р.	54-3р	
3. Рис отварной с овощами	150		4	6	22	198				18,00р.	171	
4. Компот из сухофруктов	200		1	0	26	107				9,00р.	349	
5. Хлеб ржаной	60		4	2	28	146				6,00р.	59309	
Итого:	700		21	21	95	695						

Пахомова С.С.
11 января, 25 января

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №3												
1. Котлета из птицы запеченная	100	10	13	16	214	100	10	13	16	214	294	
2. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128	
3. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	502	17	21	79	566	532	18	22	83	592		
Обед №3												
1. Салат из свеклы с маслом	60	1	10	4	111	100	2	17	7	185	52	
2. Рассольник "Ленинградский"	200	4	5	14	116	250	5	6	18	145	96	
3. Печень тушеная в молочном соусе	100	15	9	11	186	100	15	9	11	186	261	
4. Макароны отварные	150	5	5	38	222	180	6	6	46	266	202	
5. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	770	29	31	103	813	890	32	40	118	960		
Итого за день:	1272	46	52	182	1379	1422	50	62	201	1552		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №3												
1. Салат из свеклы с маслом	60	1	10	4	111	100	2	17	7	185	52	
2. Рассольник "Ленинградский"	200	4	5	14	116	250	5	6	18	145	96	
3. Печень тушеная в молочном соусе	100	15	9	11	186	100	15	9	11	186	261	
4. Макароны отварные	150	5	5	38	222	180	6	6	46	266	202	
5. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	770	29	31	103	813	890	31,67	39,67	117,7	960		
Полдник №3												
1. Плюшка сахарная	100	8	11	54	339	100	8	11	54	339	442	
2. Кисель ягодный витамин.	200	0	0	13	56	200	0	0	13	56	351	
Итого за полдник:	300	8	11	67	395	300	8	11	67	395		
Итого за день:	1070	37	42	170	1208	1190	40	51	185	1355		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №3												
1. Салат из свеклы с маслом	60		1	10	4	111				12,00р.	52	
2. Рассольник "Ленинградский"	200		4	5	14	116				22,00р.	96	
3. Котлета из птицы запеченная	100		10	13	16	214				38,00р.	294	
4. Макароны отварные	150		5	5	38	222				14,00р.	202	
5. Чай с сахаром	200		0	0	8	32				5,00р.	375	
6. Хлеб ржаной	60		4	2	28	146				6,00р.	59309	
Итого:	770		24	35	108	841						

12 января, 26 января

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	
		Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак №4											
1. Запеканка из творога с молоком сгущ.	170	17	12	29	291	200	20	14	34	342	223
2. Фрукты свежие	100	0	0	10	47	100	0	0	10	47	338
3. Какао с молоком	200	3	4	15	105	200	3	4	15	105	959
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615
Итого за завтрак:	522	24	20	80	597	552	27	22	85	648	
Обед №4											
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	250	10	18	21	279	102
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	100	9	11	12	186	234
3. Рагу из овощей	150	2	7	14	125	180	2	8	17	150	143
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	710	23	34	83	728	790	25	39	90	809	
Итого за день:	1232	48	54	163	1325	1342	53	61	175	1457	
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей					

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №4											
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	250	10	18	21	279	102
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	100	9	11	12	186	234
3. Рагу из овощей	150	2	7	14	125	180	2	8	17	150	143
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	710	23	34	83	728	790	25	39	90	809	
Полдник №4											
1. Фрукты свежие	100	0	0	10	47	150	1	1	15	71	338
2. Йогурт плодово-ягодный 2,5 %	200	6	5	23	159	200	6	5	23	159	386
Итого за полдник:	300	6	5	32	206	350	7	6	38	230	
Итого за день:	1010	29	39	115	934	1140	32	45	127	1039	
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей					

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
 ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №4											
1. Суп гороховый с мясом	200		8	14	17	223				22,00р.	102
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100		9	11	12	186				54,00р.	234
3. Рагу из овощей	150		2	7	14	125				20,00р.	143
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200		0	0	12	48				9,00р.	387
5. Хлеб ржаной	60		4	2	28	146				6,00р.	59309
Итого:	710		23	34	83	728					



13 января, 27 января

МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №5												
1. Каша вязкая молочная из смеси круп с джемом	200	7	11	35	265	250	9	14	44	331	173	
2. Яйцо вареное	50	6	4	0	56	50	6	4	0	56	209	
3. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	502	17	19	69	507	552	19	22	78	573		
Обед №5												
1. Салат из капусты с помидорами и огурцами	60	1	6	2	67	100	1	10	4	112	54-6з	
2. Суп рыбный с картофелем	200	5	5	15	122	250	6	6	19	152	54-20с-2020	
3. Поджарка мясная	90	9	19	6	252	100	10	21	7	280	251	
4. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128	
5. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	782	22	36	87	777	912	25,3	44,1	97,3	906		
Итого за день:	1284	39	55	156	1284	1464	44,3	66,1	175	1479		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)

Обед №5												
1. Салат из капусты с помидорами и огурцами	60	1	6	2	67	100	1	10	4	112	54-6з	
2. Суп рыбный с картофелем	200	5	5	15	122	250	6	6	19	152	54-20с-2020	
3. Поджарка мясная	90	9	19	6	252	100	10	21	7	280	251	
4. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128	
5. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	782	22	36	87	777	912	25,3	44,1	97,3	906		
Полдник №5												
1. Фрукты свежие	175	2	0	14	75	175	2	0	14	75	338	
2. Йогурт плодово-ягодный 2,5 %	200	6	5	23	159	200	6	5	23	159	386	
Итого за полдник:	375	7	5	37	234	375	7	5	37	234		
Итого за день:	1157	30	41	123	1011	1287	33	49	134	1140		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №5												
1. Салат из капусты с помидорами и огурцами	60		1		67	2				12,00р.	54-6з	
2. Суп рыбный с картофелем	200		5		122					26,00р.	54-20с-2020	
3. Поджарка мясная	90		9		252					39,00р.	251	
4. Пюре картофельное	150		3		128					20,00р.	128	
5. Чай с сахаром и лимоном	222		0		62					9,00р.	377	
6. Хлеб ржаной	60		4		146					6,00р.	59309	
Итого:	782		22		777							

16 января, 30 января

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	
		Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак №6											
1. Каша молочная из риса и пшена	200	6	10	30	237	250	7	13	38	296	175
2. Яйцо вареное	50	6	4	0	56	50	6	4	0	56	209
3. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615
Итого за завтрак:	524	16	18	71	509	574	17	21	79	568	
Обед №6											
1. Суп из св.овошей с зел. горошком	200	2	2	10	66	250	3	3	13	83	99
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	100	9	11	12	186	234
3. Гречка отварная с овощами	150	5	7	22	172	180	6	9	26	206	171
4. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	710	21	22	98	677	790	23	25	105	728	
Итого за день:	1234	37	40	169	1186	1364	40	46	184	1296	
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей					

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №6											
1. Суп из св.овошей с зел. горошком	200	2	2	10	66	250	3	3	13	83	99
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	100	9	11	12	186	234
3. Гречка отварная с овощами	150	5	7	22	172	180	6	9	26	206	171
4. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	710	21	22	98	677	790	23	25	105	728	
Полдник №6											
1. Салат из свежей капусты	100	2	9	10	122	150	3	14	15	183	45
2. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375
Итого за полдник:	300	2	9	18	154	350	3	14	23	215	
Итого за день:	1010	23	31	116	831	1140	26	39	128	943	
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей					

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №6								
1. Суп из св. овощей с зел. горошком	200		2	2	10	66	18,00р.	99
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100		9	11	12	186	54,00р.	234
3. Гречка отварная с овощами	150		5	7	22	172	18,00р.	171
4. Компот из сухофруктов	200		1	0	26	107	9,00р.	349
5. Хлеб ржаной	60		4	2	28	146	6,00р.	59309
Итого:	710		21	22	98	677		

17 января, 31 января

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №7												
1. Биточек куриный запеченный	90	13	16	17	287	90	13	16	17	287	295	
2. Томатный соус	20	1	1	3	22	20	1	1	3	22	12592	
3. Рис отварной с маслом	150	4	5	40	214	180	5	6	48	257	171	
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387	
5. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	512	22	26	98	725	542	23	27	106	768		
Обед №7												
1. Щи из свежей капусты с курицей	200	4	3	7	68	250	5	4	9	85	88	
2. Гуляш венгерский	90	7	6	24	271	100	8	7	27	301	260	
3. Макароны отварные	150	5	5	38	222	180	6	6	46	266	202	
4. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	700	20	16	114	777	790	23	19	127	868		
Итого за день:	1212	42	42	212	1502	1332	46	46	233	1636		
Стоимость за день:	<i>130,99 рублей</i>					<i>147,38 рублей</i>						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №7												
1. Щи из свежей капусты с курицей	200	4	3	7	68	250	5	4	9	85	88	
2. Гуляш венгерский	90	7	6	24	271	100	8	7	27	301	260	
3. Макароны отварные	150	5	5	38	222	180	6	6	46	266	202	
4. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	700	20	16	114	777	790	23	19	127	868		
Полдник №7												
1. Горячий бутерброд с сыром и маслом	47	6	6	13	131	47	6	6	13	131	7	
2. Кондитерское изделие (печенье)	55	4	6	36	202	115	8	11	68	384	-	
3. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
Итого за полдник:	302	11	12	75	440	362	15	17	107	622		
Итого за день:	1002	31	28	189	1217	1152	38	36	234	1490		
Стоимость за день:	<i>109,16 рублей</i>					<i>125,56 рублей</i>						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
 ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №7												
1. Щи из свежей капусты с курицей	200			4	3	7	68				20,00р.	88
2. Гуляш венгерский	90			7	6	24	271				39,00р.	260
3. Макароны отварные	150			5	5	38	222				14,00р.	202
4. Компот из яблок	200			0	0	17	70				9,00р.	342
5. Хлеб ржаной	60			4	2	28	146				6,00р.	59309
Итого:	700			20	16	114	777					

МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ р-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №8												
1. Салаг из моркови с яблоком	60	1	6	9	96	100	1	10	16	159	54-11з	
2. Омлет натуральный	200	18	17	9	260	200	18	17	9	260	214	
3. Кофейный напиток с молоком	200	4	4	19	121	200	4	4	19	121	379	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	512	27	31	63	631	552	27	35	70	694		
Обед №8												
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	250	10	18	21	279	102	
2. Котлета "Трио" с мясом и печенью	90	13	21	13	296	90	13	21	13	296	16397	
3. Рис отварной с овощами	150	4	6	22	198	180	5	7	26	238	171	
4. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375	
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	700	29	43	88	895	780	32	48	96	991		
Итого за день:	1212	56	74	151	1526	1332	59	83	166	1685		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)

Обед №8												
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	250	10	18	21	279	102	
2. Котлета "Трио" с мясом и печенью	90	13	21	13	296	90	13	21	13	296	16397	
3. Рис отварной с овощами	150	4	6	22	198	180	5	7	26	238	171	
4. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375	
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	700	29	43	88	895	780	32	48	96	991		
Полдник №8												
1. Пюшкa с корицей	100	8	11	54	338	100	8	11	54	338	438	
2. Йогурт плодово-ягодный 2,5 %	200	6	5	23	159	250	7	6	28	198	386	
Итого за полдник:	300	14	16	77	497	350	15	17	82	536		
Итого за день:	1000	43	59	165	1392	1130	47	65	178	1527		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №8												
1. Суп гороховый с мясом	200		8	14	17	223				22,00р.	102	
2. Биточек куриный запеченный	90		13	16	17	287				38,00р.	295	
3. Рис отварной с овощами	150		4	6	22	198				18,00р.	171	
4. Чай с сахаром	200		0	0	8	32				5,00р.	375	
5. Хлеб ржаной	60		4	2	28	146				6,00р.	59309	
Итого:	700		29	38	92	886						

МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	
		Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак №9											
1. Запеканка из творога с мол. сгущ.	170	17	12	29	291	200	20	14	34	342	223
2. Фрукты свежие	100	0	0	10	47	100	0	0	10	47	338
3. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615
Итого за завтрак:	522	21	16	73	524	552	24	18	78	575	
Обед №9											
1. Суп картофельный	200	2	2	10	69	250	3	3	13	86	97
2. Рыба запеч. с овощами под соусом	100	10	7	6	132	100	10	7	6	132	233
3. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	710	19	15	76	523	790	21	17	83	566	
Итого за день:	1232	41	32	149	1047	1342	46	36	161	1141	
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей					

МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)

Обед №9											
1. Суп картофельный	200	2	2	10	69	250	3	3	13	86	97
2. Рыба запеч. с овощами под соусом	100	10	7	6	132	100	10	7	6	132	233
3. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387
5. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	710	19	15	76	523	790	21	17	83	566	
Полдник №9											
1. Фрукты свежие	100	0	0	10	47	100	0	0	10	47	338
2. Йогурт плодово-ягодный 2,5 %	200	6	5	23	159	250	7	6	28	198	386
Итого за полдник:	300	6	5	32	206	350	7	6	38	245	
Итого за день:	1010	26	21	108	729	1140	29	24	121	811	
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей					

НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №9											
1. Суп картофельный	200		2		2	10	69			18,00р.	97
2. Рыба запеч. с овощами под соусом	100		10		7	6	132			62,00р.	233
3. Пюре картофельное	150		3		4	20	128			18,00р.	128
4. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200		0		0	12	48			9,00р.	387
5. Хлеб ржаной	60		4		2	28	146			6,00р.	59309
Итого:	710		19		15	76	523				

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №10												
1. Каша рисовая молочная с изюмом	200	8	13	40	312	200	8	13	40	312	177	
2. Фрукты свежие	150	3	1	21	113	150	3	1	21	113	338	
3. Какао с молоком	200	3	4	15	105	200	3	4	15	105	959	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	602	18	22	102	684	602	18	22	102	684		
Обед №10												
1. Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	4	5	62	100	2	7	8	103	53	
2. Суп куриный	200	3	5	11	100	250	4	6	14	125	112	
3. Ёжики с соусом	100	9	23	13	292	100	9	23	13	292	279	
4. Рагу из овощей	150	2	7	14	125	180	2	8	17	150	143	
5. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	792	19	41	86	787	912	21	46	95	878		
Итого за день:	1394	37	63	189	1471	1514	39	68	198	1562		
Стоимость за день:	<i>130,99 рублей</i>					<i>147,38 рублей</i>						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №10												
1. Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	4	5	62	100	2	7	8	103	53	
2. Суп куриный	200	3	5	11	100	250	4	6	14	125	112	
3. Ёжики с соусом	100	9	23	13	292	100	9	23	13	292	279	
4. Рагу из овощей	150	2	7	14	125	180	2	8	17	150	143	
5. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	792	19	41	86	787	912	21	46	95	878		
Полдник №10												
1. Пирог печеный с картошкой	100	6	7	37	230	100	6	7	37	230	409	
2. Кисель ягодный витамин.	200	0	0	13	56	200	0	0	13	56	351	
Итого за полдник:	300	6	7	50	286	300	6	7	50	286		
Итого за день:	1092	25	48	136	1073	1212	27	53	145	1164		
Стоимость за день:	<i>109,16 рублей</i>					<i>125,56 рублей</i>						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
 ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 09 ПО 31 ЯНВАРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №10												
1. Салат из свежих помидор с маслом	60			0	5	2			53	12,00р.	23	
2. Суп куриный	200			3	5	11			100	20,00р.	112	
3. Ёжики с соусом	100			9	23	13			292	50,00р.	279	
4. Рагу из овощей	150			2	7	14			125	20,00р.	143	
5. Чай с сахаром и лимоном	222			0	0	15			62	7,00р.	377	
6. Хлеб ржаной	60			4	2	28			146	6,00р.	59309	
Итого:	792			19	42	84			778			