



**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Суп молочный с макаронными изделиями	.250/10	6	5	19	156
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Мандарин	.100	1	0	20	86
		12	8	69	413

**Завтрак2**

Булочка "Творожная"	.100	13	6	39	262
Сок	.200	1	0	25	106
		14	6	64	368

**Обед**

Салат из квашеной капусты с зелёным горошком	.100	2	3	8	87
Борщ со сметаной	.250	5	6	15	115
Рыба припущенная	.100	19	14	4	160
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Компот из свежемороженой ягод	.200	0	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		33	34	110	820

**Обед (без первого блюда)**

Салат из квашеной капусты с зелёным горошком	.100	2	3	8	87
Рыба припущенная	.100	19	14	4	160
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Компот из свежемороженой ягод	.200	0	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		27	27	85	659

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

калькулятор  Борисова Л.С.



**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Запеканка из творога с повидлом	.150/20	23	16	50	421
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Банан порционный	.100	2	1	21	96
		27	17	100	649

**Завтрак2**

Сосиска в тесте	.100	9	7	28	217
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		10	8	43	277

**Обед**

Салат из свежих помидоров с зеленым луком и растит.маслом	.100	1	6	3	72
Суп из овощей на бульоне	.250	7	11	9	166
Плов с мясом	.200	22	23	35	429
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		34	41	102	911

**Обед (без первого блюда)**

Салат из свежих помидоров с зеленым луком и растит.маслом	.100	1	6	3	72
Плов с мясом	.200	22	23	35	429
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		26	29	83	699


 Директор Клементьева Е.А.  
 Шеф-повар Хасанова Р.Ф.  
 Калькулятор Борисова Л.С.

**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал
<b><u>Завтрак</u></b>					
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	.250/10	14	11	44	365
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Пряник	.050	3	4	34	187
		24	26	110	807
<b><u>Завтрак2</u></b>					
Ватрушка с повидлом	.075	4	4	44	222
Сок	.200	1	0	25	106
		5	4	69	328
<b><u>Обед</u></b>					
Огурец солёный порционный	.060	0	0	1	8
Суп куриный с домашней лапшой	.200/30	8	11	10	178
Филе рыбы в панировке	.100	18	8	1	176
Картофель отварной с маслом сливочным	.180/5	4	9	29	214
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Апельсин порционный	.100	1	0	23	54
		34	29	109	830
<b><u>Обед</u></b>					
Огурец солёный порционный	.060	0	0	1	8
Филе рыбы в панировке	.100	18	8	1	176
Картофель отварной с маслом сливочным	.180/5	4	9	29	214
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Апельсин порционный	.100	1	0	23	54
		25	17	89	606

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.



**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Драчена с маслом сливочным	.150/5	17	30	9	344
Чай с молоком сгущённым	.200	2	1	20	115
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Груша	.120	0	0	12	56
		22	32	56	585

**Завтрак2**

Пицца "Школьная"	.100	10	16	28	299
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		10	16	43	361

**Обед**

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	2	68
Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	.250	2	5	8	90
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Компот из свежих яблок и груш с витамином С	.200	0	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		28	40	120	962

**Обед (без первого блюда)**

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	2	68
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Компот из свежих яблок и груш с витамином С	.200	0	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		25	34	102	826


 Директор Клементьева Е.А.  
 Шеф-повар Хасанова Р.Ф.  
 Калькулятор Борисова Л.С.

**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак2**

Пирожок с мясом	.075	9	6	27	179
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		9	6	42	239

**Обед**

Салат из свежих помидоров и огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	3	70
Суп картофельный с крупой рисовой на бульоне	.250	4	6	12	157
Запеканка картофельная с мясом	.200	22	28	45	460
Компот из кураги с витамином С	.200	1	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		32	41	117	939

**Обед (без первого блюда)**

Салат из свежих помидоров и огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	3	70
Запеканка картофельная с мясом	.200	22	28	45	460
Компот из кураги с витамином С	.200	1	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		26	34	96	736

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.

