УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР
ГБНОУ Школа здоровья и индивидуального развития

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ № 4
М Е Н Ю

23 МАРТА 2023 ГОД

4 ДЕНЬ
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
ЗАВТРАК 96 РУБ.90 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	2008,3
ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	17.4	27.0	2.5	322.4	2008,215
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62.9	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.6	0.1	5.1	24.09	К/К
Итого		24.8	32.9	43.2	568.0	

ОБЕД 145 РУБ. 30 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	2.3	4.8	4.5	70.86	2008,56
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6.0	3.7	21.2	141.9	2008,99/73
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ.	90/50	13.0	9.7	14.5	197.7	2017,297326
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.8	202.6	2008,325
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	2008,442
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	к/к
Итого		32.1	27.5	130.0	896.6	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 РУБ.70 КОП

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	3.8	8.1	7.5	118.1	2008,56
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ,ГОВЯДИНОЙ И ГРЕНКАМИ.	250/15/10	11.3	8.6	26.5	228.5	2008,99/73
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ.	100/50	14.0	10.4	15.6	212.0	2017,297326
РИС ОТВАРНОЙ	200	4.9	8.4	43.7	270.0	2008,325
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	2008,442
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.3	1.7	27.9	143.8	К/К
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.6	0.1	5.1	24.09	К/К
Итого		43.1 100.0	39.2 99.6	164.7 337.9	1184. 2648.	

Директор_____ Зав.производством_____ Калькулятор_____

ПОДЛЕСНОВА Н.М.

СОКОЛОВА Ю.В.