Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

12 ОКТЯБРЯ 2023 ГОД

10 ДЕНЬ
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 96 РУБ.90КОП.

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 НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	14.5	23.8	2.7	283.3	2008,214
КАКАО С МОЛОКОМ.	200	2.9	2.5	24.8	133.3	2008,433
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
МАНДАРИ СВЕЖИЙ_	100	0.5	0.1	5.1	23.4	К/К
Итого		24.4	32.1	53.0	598.6	

ОБЕД ЦЕНА 145 РУБ.30КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.3	4.8	4.5	70.89	2008,56
СУП КАРТОФЕЛНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	5.1	3.6	14.9	112.4	2008,99
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ.	90	14.1	20.3	11.9	286.2	2017,268
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	150	3.6	4.6	37.7	206.6	2008,323
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		32.2	36.3	126.0	959.6	

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 СВЕКОЛЬНАЯ	100	3.8	8.1	7.5	118.1	2008,56
СУП КАРТОФЕЛНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ	250/15	10.2	8.5	18.6	191.6	2008,99
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ.	100	15.7	22.5	13.2	318.1	2017,268
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	200	4.8	6.1	50.3	275.3	2008,323
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	143.9	К/К
МАНДАРИ СВЕЖИЙ_	100	0.5	0.1	5.0	23.41	К/К
Итого		43.5	48.9	160.9	1258.	
		100.1	117.3	339.9	2816.	

Зав.производством_____ Бухгалтер____Соколова