

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР
ГБОУ СОШ №



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №



МЕНЮ
18 ОКТЯБРЯ 2023 ГОД
3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 РУБ.90 КОП.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/15	1.1	8.4	7.5	110.0	2008,1
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ, МАСЛОМ СЛИВ	150	5.4	6.2	24.0	173.4	2008,189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.3	2008,432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	к/к
ГРУША СВЕЖАЯ.	100	0.4	0.3	10.3	45.5	к/к

Итого 10.4 17.4 77.2 506.7

ОБЕД 145 РУБ.30 КОП.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ С/С . . .	80	4.2	7.8	4.0	102.8	2008,52
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	3.2	2.2	15.2	93.44	2008,101
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	90/50	25.0	16.1	16.6	310.8	2008,261373
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	150	3.6	4.6	37.7	206.5	2008,323
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ.	200	0.2	0.0	25.7	103.6	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК. МДЖ 2.5%	40 1/100	2.9 3.7	1.1 2.5	18.6 4.9	95.9 56.9	к/к к/к

Итого 46.0 36.0 143.1 1079.

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 РУБ.70 КОП.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ С/С . . .	120	6.4	11.6	6.0	154.2	2008,52
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ.	250/15	7.7	6.8	19.0	167.9	2008,101
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	100/100	26.8	17.2	17.8	333.2	2008,261373
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	200	4.8	6.1	50.3	275.3	2008,323
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ.	200	0.2	0.0	25.7	103.6	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК. МДЖ 2.5%	60 1/100	4.3 3.7	1.7 2.5	27.9 4.9	143.8 56.9	к/к к/к
ГРУША СВЕЖАЯ.	100	0.4	0.3	10.3	45.5	к/к

Итого

57.5 47.9 182.3 1390.
113.9 101.3 402.6 2976.

Зав. производством

Бухгалтер