



## МЕНЮ

04 октября 2021 г.

### ЗАВТРАК 7-11 лет

№ рецеп.	Наименование продуктов	Выход, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ККал
	Салат из свежих помидоров	1\60	6,84	1,32	3,48	5,64	61,2
ТТК	Филе трески, запеченное с овощами	1\75\25	51,09	17,55	9,75	8,4	195
520	Пюре картофельное	1\150	16,30	3	5	20,425	137,19
	Хлеб пшеничный Городской	1\30	2,30	2,1	0,6	15	71,7
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский новый	1\30	2,85	2,01	0,33	14,85	71,1
685	Чай с сахаром	1\180	1,58	0,063	0,018	13,5	54
	Печенье "Василисины кружева"	1\30	5,52	2,5	5	21	140
	Итого:		86,48				

### ОБЕД 7-11 лет

№ рецеп.	Наименование продуктов	Выход, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ККал
	Огурцы свежие порц.	1\60	7,34	0,42	0,06	1,14	7,2
139	Суп гороховый с говядиной	1\25\200	35,20	9,348	7,99	18,39	184,54
462	Тефтели из говядины	1\60\30	32,08	12,3	14,63	12,41	212,67
ТТК	Картофель по-деревенски	1\150	25,73	3	5	20,425	137,188
	Хлеб пшеничный Городской	1\45	3,46	3,15	0,9	22,5	107,55
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский новый	1\30	2,85	2,01	0,33	14,85	71,1
	Сок (Сочная долина 1,93л)	1\180	15,41	0,9	0	18,18	76,32
	Яблоко свежее	1\120	8,58	0,48	0,48	11,76	56,4
	Итого:		130,65				

### КОМПЛЕКС 12-18 лет

№ рецеп.	Наименование продуктов	Выход, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ККал
	Салат из свежих помидоров	1\80	9,11				81,396
	Филе трески, запеченное с овощами	1\100\25	66,93				257
	Пюре картофельное	1\180	19,56				164
	Хлеб пшеничный Городской	1\35	2,69				80
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский новый	1\21	1,96				50
	Чай с сахаром	1\200	1,75				60
	Итого:		102,00				

Директор / Приходько Г.Н./  
Зав. Производством / Долгова Т.В./  
Калькулятор / Щербак О.Ю./  
Буфетчица / Миллер Е.В./  
Директор шк / Легостаева Т.В./