



**Меню ОБЗ**

**Дети 12 лет и старше**

**Понедельник первая неделя**

**На 22 сентября 2022 год**

**Завтрак**

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр порциями	3.43	4.43		54.00	6-60
200/55	Каша гречневая вязкая молочная	6.21	5.28	32.79	203.00	18-15
200	Кисель из плодов или ягод свежих	0.1		25.37	102.00	7-41
35	Хлеб пшеничный	4.94	0.52	31.98	82.00	4-15
30	Хлеб ржаной	2.97	0.54	15.03	52.00	3-81
25	Вафли	0.8	0.7	20.03	90.00	4-60
515	<b>Итого</b>	<b>18.45</b>	<b>11.47</b>	<b>125.20</b>	<b>583.00</b>	<b>44-72</b>

**Обед**

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат витаминный 2 вариант без перца	1.57	6.02	8.79	58.00	5-98
200	Суп картофельный с крупой рисовой	1.98	2.74	14.58	73.00	4-07
90	Птица отварная	11.11	16.29	0.57	219.00	34-11
150	Макароны отварные с сыром	9.48	8.64	34.32	211.00	12-38
200	Компот из плодов и ягод (зам)	0.01			71.00	14-43
50	Хлеб пшеничный	3.8	0.4	24.6	118.00	3-19
40	Хлеб ржаной	3.04	0.55	15.36	70.00	3-89
790	<b>Итого</b>	<b>30.99</b>	<b>34.64</b>	<b>98.22</b>	<b>820.00</b>	<b>78-05</b>

**Полдник**

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
160	Омлет с сыром	20.71	22.98	3.44	303.00	35-71
200	Сок фруктовый в ассортименте	0.4	0.4	9.8	47.00	15-60
130	Плоды или ягоды свежие	0.52	0.52	12.74	62.00	9-02
360	<b>Итого</b>	<b>21.63</b>	<b>23.90</b>	<b>25.98</b>	<b>412.00</b>	<b>60-33</b>

**При приготовлении использована соль пищевая йодированная**

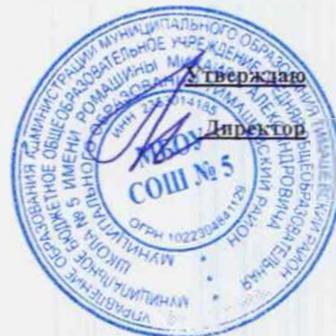
**Проводится С-витаминизация третьих блюд**

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра

*Сол*  
\_\_\_\_\_  
*РБ*  
\_\_\_\_\_



Меню

Дети с 7 до 11 лет

Понедельник первая неделя

На 12 сентября 2022 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр порциями	3.43	4.43		54.00	6-60
200/5/5	Каша гречневая вязкая молочная	6.21	5.28	32.79	203.00	18-15
200	Кисель из плодов или ягод свежих	0.1		25.37	102.00	7-41
35	Хлеб пшеничный	2.66	0.28	17.22	82.00	2-23
30	Хлеб ржаной	1.98	0.36	10.02	52.00	2-54
25	Вафли	0.8	0.7	20.03	90.00	4-60
<b>515</b>	<b>Итого</b>	<b>15.18</b>	<b>11.05</b>	<b>105.43</b>	<b>583.00</b>	<b>41-53</b>

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат витаминный 2 вариант без перца	0.94	3.61	5.27	58.00	3-59
200	Суп картофельный с крупой рисовой	1.58	2.19	11.66	73.00	3-26
90	Птица отварная	10	14.66	0.51	219.00	30-70
150	Макароны отварные с сыром	7.9	7.2	28.6	211.00	10-31
200	Компот из плодов и ягод (зам)	0.01			71.00	14-43
50	Хлеб пшеничный	3.8	0.4	24.6	118.00	3-19
40	Хлеб ржаной	2.64	0.48	13.36	70.00	3-39
<b>790</b>	<b>Итого</b>	<b>26.87</b>	<b>28.54</b>	<b>84</b>	<b>820.00</b>	<b>68-87</b>

Полдник

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
160	Омлет с сыром	20.71	22.98	3.44	303.00	35-71
200	Сок фруктовый в ассортименте	0.4	0.4	9.8	47.00	15-60
<b>360</b>	<b>Итого</b>	<b>21.11</b>	<b>23.38</b>	<b>13.24</b>	<b>350.00</b>	<b>51-31</b>

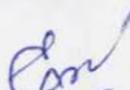
При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра

  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



Меню

Дети 12 лет и старше

Понедельник первая неделя

На 12 сентября 2022 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр поршиями	3.43	4.43		54.00	8-79
200/55	Каша гречневая вязкая молочная	6.21	5.28	32.79	203.00	29-23
200	Кисель из плодов или ягод свежих	0.1		25.37	102.00	11-09
35	Хлеб пшеничный	4.94	0.52	31.98	82.00	4-51
30	Хлеб ржаной	2.97	0.54	15.03	52.00	4-33
25	Вафли	0.8	0.7	20.03	90.00	5-98
515	Итого	18.45	11.47	125.20	583.00	63-93

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра

Сол  
РФ





400021716483