



Меню ОБЗ

Дети 12 лет и старше

Четверг вторая неделя

На 19 января 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
80	Салат из квашенной капусты с луком	1.28	8.08	2.4	87.20	7-87
100	Котлета рыбная с морковью	12.5	4.5	5.7	113.10	27-51
150	Пюре картофельное	3.1	6	19.7	145.80	11-28
200	Кисель из плодов и ягод	0.13	0.048	24.53	117.00	12-24
60	Хлеб пшеничный	4.56	0.48	29.52	141.00	3-86
40	Хлеб ржаной	2.64	0.48	13.36	69.60	2-88
630	Итого	24.21	19.588	95.21	673.70	65-64

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
25	Сыр порциями	6.4	6.52	0	85.75	17-68
250	Свекольник	2.18	4.45	12.03	97.00	9-92
250	Плов из булгура с птицей	13.7	10.9	48.5	390.40	42-81
200	Кофейный напиток на сгущенном молоке	2.9	2	20.9	113.00	13-15
50	Хлеб пшеничный	3.8	0.4	24.6	117.50	3-22
30	Хлеб ржаной	1.98	0.36	10.02	52.20	2-16
805	Итого	30.96	24.63	116.05	855.85	88-94

Полдник

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
150	Сырники с морковью	18.8	16	26.8	318.00	37-07
15	Сметана	0.39	2.25	0.54	24.30	2-75
200	Напиток из шиповника	0.6	0.2	15.2	65.30	5-39
365	Итого	19.79	18.45	42.54	407.60	45-21

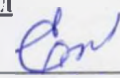
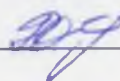
При приготовление использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра



Меню

Дети 12 лет и старше

Четверг вторая неделя

На 19 января 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Ккал	Цена
100	Котлета рыбная с морковью	131.10	40-96
150	Пюре картофельное	138.00	16-54
200	Чай с лимоном	27.90	3-97
30	Хлеб пшеничный	70.50	2-08
20	Хлеб ржаной	34.80	1-67
500	Итого	384.30	65-22

Обед

Выход	Наименование блюда	Ккал	Цена
150	Свекольник	58.20	8-60
150	Плов из булгура с птицей	234.23	38-57
200	Кофейный напиток на сгущенном молоке	113.00	17-52
40	Хлеб пшеничный	94.00	2-78
25	Хлеб ржаной	43.50	2-08
565	Итого	542.93	69-55

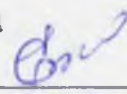
При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра






Меню

Дети с 7 до 11 лет

Четверг вторая неделя

На 19 февраля 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат из квашенной капусты	0.66	6.12	3.18	70.20	5-67
100	Котлета рыбная с морковью	12.5	4.5	5.7	131.10	27-51
150	Пюре картофельное	3.15	6.6	16.35	138.00	11-28
200	Чай с лимоном	0.3	0	6.7	27.90	2-81
30	Хлеб пшеничный	2.28	0.24	14.76	70.50	1-93
20	Хлеб ржаной	1.32	0.24	6.68	34.80	1-44
140	Плоды свежие бананы	2.1	0.7	29.4	134.40	16-10
700	Итого	22.31	18.4	82.77	588.90	66-74

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
25	Сыр порциями	6.4	6.52	0	85.75	17-68
200	Свекольник	1.74	6.56	14.62	77.60	7-90
200	Плов из булгура с птицей	13.7	8.6	38.7	312.30	34-25
200	Кофейный напиток на сгущенном молоке	2.9	2	20.9	113.00	13-15
40	Хлеб пшеничный	3.04	0.32	19.68	94.00	2-57
25	Хлеб ржаной	1.65	0.3	8.35	43.50	1-80
160	Плоды свежие яблоки	0.64	0.64	15.68	75.20	8-96
850	Итого	30.07	24.94	117.93	801.35	86-31

Полдник

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Кондитерские изделия пряники	5.9	4.7	20	202.00	38-40
200	Кисель из плодов шиповника	0.24	0.11	31.37	149.80	6-08
300	Итого	6.14	4.81	51.37	351.80	44-48

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра

Сов
Риз



