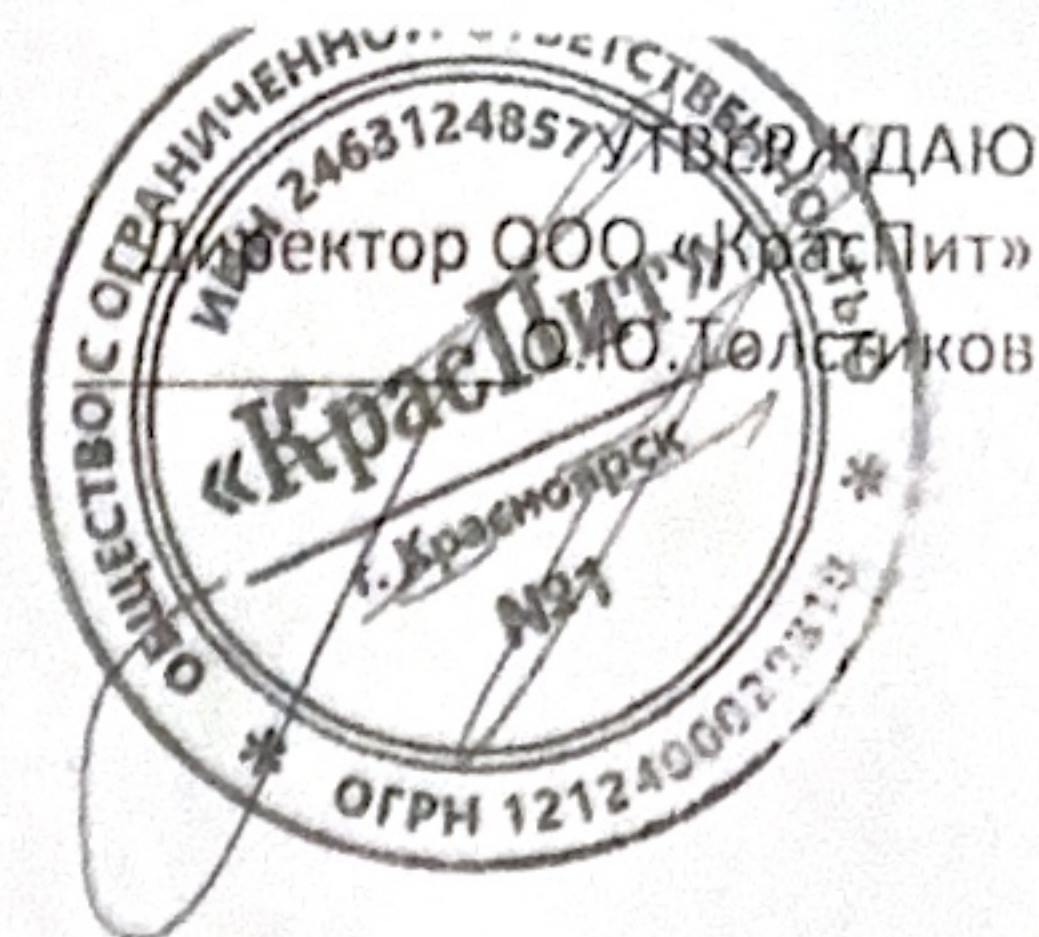


СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР СШ № 69

Тучикова Е.В.



МЕНЮ на 16.01 2024г.

Организованное питание  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!2 неделя 4 день  
ЗАВТРАК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                   | ВЫХОД, гр | Б    | Ж    | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--------------------------------------|-----------|------|------|-------|----------|---------------------------|
| Омлет натуральный с маслом сливочным | 150/10    | 7,52 | 8,32 | 2,32  | 114,24   | 77,07                     |
| Чай черный с сахаром                 | 200       | 1,08 | 0,36 | 12,60 | 57,96    |                           |
| Хлеб пшеничный                       | 50        | 4,30 | 1,60 | 21,75 | 118,60   |                           |
| Яблоки                               | 100       | 0,40 | 0,45 | 15,17 | 66,90    |                           |

ЗАВТРАК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                   | ВЫХОД, гр. | Б    | Ж    | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--------------------------------------|------------|------|------|-------|----------|---------------------------|
| Омлет натуральный с маслом сливочным | 170/10     | 8,46 | 9,36 | 4,86  | 137,52   | 89,61                     |
| Чай черный с сахаром                 | 200        | 1,08 | 0,36 | 12,60 | 57,96    |                           |
| Хлеб пшеничный                       | 70         | 6,02 | 2,24 | 30,45 | 166,04   |                           |
| Яблоки                               | 100        | 0,40 | 0,45 | 15,17 | 66,34    |                           |

ОБЕД 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                             | ВЫХОД, гр | Б     | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|------------------------------------------------|-----------|-------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Горошек консервированный                       | 60        | 1,94  | 0,05  | 5,29  | 29,43    | 115,60                    |
| Борщ из свежей капусты на бульоне, со сметаной | 200/10    | 2,27  | 10,29 | 12,45 | 151,48   |                           |
| Печень, тушенная в соусе сметанном             | 90        | 12,22 | 3,48  | 2,72  | 91,08    |                           |
| Картофель запеченный                           | 150       | 6,45  | 15,72 | 52,41 | 376,92   |                           |
| Напиток из облепихи                            | 180       | 0,24  | 1,10  | 21,35 | 96,29    |                           |
| Хлеб пшеничный                                 | 50        | 4,30  | 1,60  | 21,75 | 118,60   |                           |
| Хлеб ржаной                                    | 50        | 4,25  | 0,45  | 14,38 | 78,55    |                           |

ОБЕД 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                             | ВЫХОД, гр. | Б     | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|------------------------------------------------|------------|-------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Горошек консервированный                       | 100        | 3,24  | 0,09  | 8,82  | 49,05    | 134,40                    |
| Борщ из свежей капусты на бульоне, со сметаной | 250/10     | 2,81  | 12,74 | 15,41 | 187,54   |                           |
| Печень, тушенная в соусе сметанном             | 100        | 15,30 | 3,86  | 6,36  | 121,38   |                           |
| Картофель запеченный                           | 180        | 7,74  | 18,86 | 62,89 | 452,30   |                           |
| Напиток из облепихи                            | 180        | 0,24  | 1,10  | 21,35 | 96,29    |                           |
| Хлеб пшеничный                                 | 70         | 6,02  | 2,24  | 30,45 | 166,04   |                           |
| Хлеб ржаной                                    | 90         | 7,65  | 0,81  | 25,88 | 141,39   |                           |

ПОЛДНИК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА    | ВЫХОД, гр | Б    | Ж    | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------|-----------|------|------|-------|----------|---------------------------|
| Крендель сахарный     | 105       | 4,94 | 8,08 | 29,16 | 209,14   | 57,80                     |
| Чай каркаде с сахаром | 200       | 0,18 | 0,00 | 7,57  | 31,01    |                           |

ПОЛДНИК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА    | ВЫХОД, гр | Б    | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------|-----------|------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Крендель сахарный     | 150       | 7,06 | 11,54 | 41,66 | 298,77   | 67,19                     |
| Чай каркаде с сахаром | 200       | 0,18 | 0,00  | 7,57  | 31,01    |                           |

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

Тучикова Т.Н. Р.ч.