



**МЕНЮ**  
13.03.2023

Для предоставления питания учащимся от 12 лет и старше



УТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>						
34/213/2010	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	80/20	137	3,43	8,46	7,80
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	103	5,51	6,97	5,02
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	300	578	18,50	19,86	77,20
442/2008	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	93			23,30
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	115	3,20	1,85	20,78
338/2011	ГРУША СВЕЖАЯ	100	47	0,40	0,30	10,30
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ	100	313	13,30	10,30	46,00
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5%	1/100	87	5,00	2,50	8,50
<b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 284-70 руб.</b>		<b>1 265</b>	<b>1 581</b>	<b>54,14</b>	<b>52,79</b>	<b>219,00</b>

Зам. Директора

*[Signature]*

Зав. производством

Калькулятор

*[Signature]*