



## МЕНЮ

30.01.2025

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| Номер рецентуры                                | Наименование  | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|--|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>                        |   |                |                               |              |              |               |
| 20/209/2011                                    | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 120/20         | 149                           | 5,76         | 6,20         | 12,06         |
| 91/2008  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (ФИЛЕ) И СМЕТАНОЙ          | 250/10/5       | 154                           | 5,68         | 5,90         | 17,10         |
| 151/Т/т/к                                      | ГОВЯДИНА НАТУРАЛЬНАЯ РУБЛЕННАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ        | 120            | 280                           | 12,90        | 13,10        | 25,60         |
| 321/2011                                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                          | 200/5          | 188                           | 7,70         | 13,50        | 10,10         |
| 406/2008                                       | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ  | 200            | 151                           | 0,70         | 0,10         | 37,00         |
| 1/Т/т/к  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 60             | 108                           | 4,80         | 2,55         | 20,10         |
| к/к/   | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 50             | 144                           | 4,00         | 2,33         | 25,99         |
| 6/Т/т/к  | БАНАН СВЕЖИЙ  | 200            | 105                           | 3,00         | 1,00         | 42,00         |
| 695/1996                                       | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ   | 75             | 212                           | 6,20         | 10,05        | 20,05         |
| <b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 306-80 руб.</b> |   | <b>1 315</b>   | <b>1 491</b>                  | <b>50,74</b> | <b>54,73</b> | <b>210,00</b> |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор