

МЕНЮ на 13 Января 2022 г. 4 день(четверг) по школе № 17 дети с 1 по 4 класс

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход (гр.) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные в-ва | | | | |
|---|--------------|-------------|------------------|-----------|------------|------------|-----------------------------|----------|-----------|------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал | А | В | С | Са | Fe |
| <u>Завтрак</u> | | | | | | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 9-84 | .170/5 | 9.38 | 11.58 | 51.92 | 350.20 | 0.12 | 0.34 | 1.63 | 166.80 | 0.70 |
| Чай с соком | 2-76 | .200/25 | 0.40 | | 24.00 | 94.00 | 0.02 | 0.53 | 5.50 | 249.55 | 41.11 |
| Печенье "Мишка топтыжка" | 6-37 | .025 | 3.20 | 0.33 | 20.49 | 99.00 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 1-68 | .025 | 2.85 | 0.30 | 18.22 | 87.50 | | 0.03 | | 5.00 | 0.27 |
| Булочка Дорожная | 2-90 | .050 | 3.45 | 8.87 | 28.38 | 208.00 | | 0.08 | | 7.27 | 0.44 |
| | 23-55 | | 19 | 21 | 143 | 839 | 0 | 1 | 7 | 429 | 43 |
| <u>Обед 1 вариант</u> | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной с зел.горош. | 8-48 | .060/10 | 0.91 | 6.07 | 4.51 | 76.80 | 0.54 | 0.06 | 10.02 | 19.08 | 0.46 |
| Щи из свежей капусты с картофелем/смет. | 8-79 | .200/5 | 1.24 | 3.96 | 5.82 | 164.80 | 0.63 | 0.07 | 19.23 | 26.54 | 0.48 |
| Плов из птицы | 29-99 | .050/150 | 15.99 | 19.62 | 28.23 | 326.00 | 0.85 | 0.19 | 3.55 | 14.04 | 0.61 |
| Напиток апельсиновый | 4-79 | .200 | 0.20 | 0.04 | 25.73 | 100.00 | 0.01 | 0.02 | 13.20 | 7.96 | 0.14 |
| Хлеб ржаной | 1-53 | .030 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| Хлеб пшеничный | 2-02 | .030 | 3.42 | 0.36 | 21.87 | 105.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| | 55-60 | | 24 | 30 | 101 | 844 | 2 | 0 | 46 | 80 | 2 |
| <u>Обед 2 вариант</u> | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной с зел.горош. | 9-40 | .065/10 | 0.99 | 6.58 | 4.88 | 83.20 | 0.58 | 0.06 | 10.85 | 20.67 | 0.50 |
| Плов из птицы | 29-99 | .050/150 | 15.99 | 19.62 | 28.23 | 326.00 | 0.85 | 0.19 | 3.55 | 14.04 | 0.61 |
| Напиток апельсиновый | 4-79 | .200 | 0.20 | 0.04 | 25.73 | 100.00 | 0.01 | 0.02 | 13.20 | 7.96 | 0.14 |
| Пирожки печенье с капустой/мясом | 7-87 | .060 | 17.44 | 16.65 | 22.74 | 113.00 | 0.27 | 0.64 | 1.35 | 69.28 | 3.19 |
| Хлеб ржаной | 1-53 | .030 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| Хлеб пшеничный | 2-02 | .030 | 3.42 | 0.36 | 21.87 | 105.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| | 55-60 | | 40 | 43 | 118 | 798 | 2 | 1 | 29 | 124 | 5 |

Директор _____ Муратова Т.А.
 Зав.производством _____ Валитова Г.А.
 Калькулятор _____ Федорова С.Г.

МЕНЮ на 13 Января 2022 г. 4 день(четверг) по школе № 17 дети с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход (гр.) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные в-ва | | | | |
|--|-------------|-------------|------------------|-------|----------|--------|-----------------------------|------|-------|--------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал | А | В | С | Са | Fe |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 9-84 | .170/5 | 9.38 | 11.58 | 51.92 | 350.20 | 0.12 | 0.34 | 1.63 | 166.80 | 0.70 |
| Чай с соком | 2-76 | .200/25 | 0.40 | | 24.00 | 94.00 | 0.02 | 0.53 | 5.50 | 249.55 | 41.11 |
| Печенье "Мишка топтыжка" | 6-37 | .025 | 3.20 | 0.33 | 20.49 | 99.00 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 1-68 | .025 | 2.85 | 0.30 | 18.22 | 87.50 | | 0.03 | | 5.00 | 0.27 |
| Булочка Дорожная | 2-90 | .050 | 3.45 | 8.87 | 28.38 | 208.00 | | 0.08 | | 7.27 | 0.44 |
| 23-55 | | | 19 | 21 | 143 | 839 | 0 | 1 | 7 | 429 | 43 |
| Обед 1 вариант | | | | | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты реп.луком/масл.р | 8-66 | .060 | 0.96 | 3.04 | 4.61 | 49.80 | | 0.02 | 15.18 | 25.25 | 0.35 |
| Рассольник ленингр. /смет | 10-59 | .250/5 | 2.31 | 5.99 | 17.39 | 135.00 | 0.98 | 0.16 | 16.79 | 22.85 | 0.94 |
| Котлеты рыбн/минтай/с масл.слив. | 13-23 | .050/55 | 5.75 | 8.48 | 3.88 | 127.00 | 0.05 | 0.01 | | 19.26 | 0.43 |
| Картофельное пюре | 17-18 | .180 | 5.80 | 10.01 | 39.60 | 279.00 | 0.16 | 0.52 | 46.69 | 82.75 | 2.18 |
| Напиток апельсиновый | 4-79 | .200 | 0.20 | 0.04 | 25.73 | 100.00 | 0.01 | 0.02 | 13.20 | 7.96 | 0.14 |
| Хлеб ржаной | 1-53 | .030 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| Хлеб пшеничный | 2-02 | .030 | 3.42 | 0.36 | 21.87 | 105.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| 58= | | | 21 | 28 | 128 | 867 | 1 | 1 | 92 | 170 | 5 |
| Обед 2 вариант | | | | | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты реп.луком/масл.р | 9-38 | .065 | 1.04 | 3.30 | 4.99 | 53.95 | | 0.03 | 16.44 | 27.35 | 0.38 |
| Котлеты рыбн/минтай/с масл.слив. | 13-23 | .050/55 | 5.75 | 8.48 | 3.88 | 127.00 | 0.05 | 0.01 | | 19.26 | 0.43 |
| Картофельное пюре | 17-18 | .180 | 5.80 | 10.01 | 39.60 | 279.00 | 0.16 | 0.52 | 46.69 | 82.75 | 2.18 |
| Напиток апельсиновый | 4-79 | .200 | 0.20 | 0.04 | 25.73 | 100.00 | 0.01 | 0.02 | 13.20 | 7.96 | 0.14 |
| Хлеб ржаной | 1-53 | .030 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| Хлеб пшеничный | 2-02 | .030 | 3.42 | 0.36 | 21.87 | 105.00 | | 0.04 | | 6.00 | 0.33 |
| Пирожки печеные с капустой/мясом | 7-87 | .060 | 17.44 | 16.65 | 22.74 | 113.00 | 0.27 | 0.64 | 1.35 | 69.28 | 3.19 |
| 56= | | | 36 | 39 | 133 | 849 | 0 | 1 | 78 | 219 | 7 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| Котлета в тесте | 17-35 | .040/80 | 22.73 | 26.56 | 41.53 | 229.33 | 0.24 | 0.61 | | 80.25 | 3.89 |
| Чай с лимоном | 2-65 | .200/7 | 0.20 | | 15.00 | 59.00 | 0.02 | 0.53 | 7.80 | 250.60 | 41.08 |
| 20= | | | 23 | 27 | 57 | 288 | 0 | 1 | 8 | 331 | 45 |

Директор _____ Муратова Т.А.
 Зав.производством _____ Валитова Г.А.
 Калькулятор _____ Федорова С.Г.