



## Меню на 25.11.2022 года

11-й день по двенадцатидневному меню

| Наименование блюда                 | Цена                 | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность |              |              |               | Витамины и минеральные вещества |              |              |             |               |               |               |             |      |
|------------------------------------|----------------------|-------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|------|
|                                    |                      |             |            | Белки            | Жиры         | Углевод<br>ы | Калл          | А                               | В            | С            | Е           | Са            | Mg            | P             | Fe          |      |
| <b>завтрак</b>                     |                      |             |            |                  |              |              |               |                                 |              |              |             |               |               |               |             |      |
| Каша молоч. гречневая с маслом     | 14-14                | 302*        | 200/5      | 6,6              | 10,34        | 34,1         | 255,86        | 0,07                            | 0,28         | 1,31         | 0,65        | 22,03         | 72,35         | 155,89        | 2,06        |      |
| Кофейный напиток с молоком         | 2-74                 | 692*        | 200        | 2,50             | 3,60         | 28,70        | 152,00        | 0,02                            | 1,00         | 0,10         | 0,00        | 61,00         | 45,00         | 7,00          | 1,00        |      |
| Хлеб пшеничный                     | 3-50                 |             | 50         | 3,80             | 0,40         | 24,30        | 119,00        | 0,00                            | 0,06         | 0,00         | 0,55        | 10,00         | 7,00          | 32,50         | 0,55        |      |
| Сыр порционными                    | 13-52                |             | 25         | 5,75             | 9,75         | 0,00         | 90,00         | 1,00                            | 0,00         | 0,40         | 0,13        | 250,00        | 12,50         | 135,00        | 0,28        |      |
| <b>итого:</b>                      | <b>37-90</b>         |             |            | <b>18,65</b>     | <b>24,09</b> | <b>87,10</b> | <b>616,86</b> | <b>1,09</b>                     | <b>1,34</b>  | <b>1,81</b>  | <b>1,33</b> | <b>343,03</b> | <b>136,85</b> | <b>330,39</b> | <b>3,89</b> |      |
| <b>обед для 1-4 классов</b>        |                      |             |            |                  |              |              |               |                                 |              |              |             |               |               |               |             |      |
| Огуры свежие порциями              | 5-46                 | 16*         | 60         | 0,48             | 0,12         | 3,12         | 12            | 0,03                            | 12,6         | 0,15         | 0,2         | 7,5           | 13,5          | 10,5          | 0,45        |      |
| Рассольник ленинградский со см.    | 6-27                 | 132*        | 200/5      | 1,88             | 5,1          | 13,92        | 113           | 0,07                            | 0,07         | 13,44        | 0,17        | 23,1          | 21,8          | 55,31         | 0,81        |      |
| Фрикадельки из говядины, тушеные в | 33-47                | 471*        | 90(50/40)  | 8,83             | 8,63         | 7,54         | 140           | 0,04                            | 0,05         | 0,27         | 0,28        | 35,92         | 5,39          | 36,41         | 0,13        |      |
| Каша пшеничная вязкая              | 7-26                 | 302*        | 150        | 4,5              | 6,15         | 24,9         | 172,95        | 0,05                            | 0,09         | 0            | 0,76        | 10,7          | 8,16          | 45,28         | 0,82        |      |
| Компот из св. плодов               | 5-69                 | 631*        | 200        | 0,16             | 0,16         | 27,87        | 109           | 0,01                            | 0,01         | 6,6          | 0,08        | 6,88          | 3,6           | 4,4           | 0,95        |      |
| Хлеб ржаной                        | 3-50                 |             | 60         | 2,82             | 0,60         | 0,60         | 126,00        | 0,00                            | 0,04         | 0,00         | 0,78        | 14,40         | 11,40         | 52,20         | 2,24        |      |
| <b>итого:</b>                      | <b>35-91 / 46-96</b> |             |            | <b>18,67</b>     | <b>20,76</b> | <b>77,95</b> | <b>672,95</b> | <b>0,20</b>                     | <b>12,86</b> | <b>20,46</b> | <b>2,27</b> | <b>98,10</b>  | <b>63,85</b>  | <b>204,10</b> | <b>5,40</b> |      |
| <b>обед для 5-11 классов</b>       |                      |             |            |                  |              |              |               |                                 |              |              |             |               |               |               |             |      |
| Салат из свеклы отварной           | 3-41                 | 0-21        | 52**       | 1,27             | 15,06        | 7,65         | 171,00        | 0,01                            | 0,05         | 8,50         | 6,70        | 31,45         | 18,70         | 36,55         | 1,19        |      |
| Рассольник ленинградский со см.    | 7-27                 | 4-20        | 132*       | 2,31             | 5,99         | 17,36        | 135           | 0,08                            | 0,1          | 16,79        | 0,21        | 27,81         | 27,16         | 68,4          | 1           |      |
| Фрикадельки из говядины, тушеные в | 33-47                | 30-10       | 471*       | 12,21            | 11,67        | 9,84         | 190           | 0,06                            | 0,06         | 0,36         | 0,38        | 45,98         | 6,98          | 46,51         | 0,18        |      |
| Каша пшеничная вязкая              | 7-26                 | 2-50        | 302*       | 180              | 5,4          | 7,38         | 207,54        | 0,04                            | 0,13         | 0,73         | 0,25        | 67,22         | 41,26         | 133,07        | 1           |      |
| Компот из св. плодов               | 5-69                 | 5-69        | 631*       | 200              | 0,16         | 0,16         | 27,87         | 109                             | 0,01         | 0,01         | 6,6         | 0,08          | 6,88          | 3,6           | 4,4         | 0,95 |
| Хлеб ржаной                        | 3-50                 | 3-50        | 60         | 2,82             | 0,60         | 0,60         | 126,00        | 0,00                            | 0,04         | 0,00         | 0,78        | 14,40         | 11,40         | 52,20         | 2,24        |      |
| <b>итого:</b>                      | <b>61-46</b>         |             |            | <b>24,17</b>     | <b>40,86</b> | <b>93,20</b> | <b>938,54</b> | <b>0,20</b>                     | <b>0,39</b>  | <b>32,98</b> | <b>8,40</b> | <b>193,74</b> | <b>109,10</b> | <b>341,13</b> | <b>6,56</b> |      |

Повар А.И. Азмуханова И.И.

Ответственный по питанию: Вахит Вахитова Л.Р.

*м.п. 98-96*