



МЕНЮ на 20.01. 2016.

Организованное питание

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 2 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------------|--------------|------|-------|-------|-------------|---------------------------------|
| Суфле из творога с морковью | 200 | 8,56 | 10,30 | 12,60 | 177,34 | 91,58 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,36 | 0,00 | 7,57 | 31,73 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 1,60 | 21,75 | 118,60 | |
| Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 6,15 | 7,90 | 11,30 | 140,90 | |

ЗАВТРАК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------------|--------------|-------|-------|-------|-------------|---------------------------------|
| Суфле из творога с морковью | 230 | 10,70 | 12,88 | 15,75 | 221,72 | 106,48 |
| Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,36 | 0,00 | 7,57 | 31,73 | |
| Хлеб пшеничный | 70 | 6,02 | 2,24 | 30,45 | 166,04 | |
| Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 6,15 | 7,90 | 11,30 | 140,90 | |

ОБЕД 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--|--------------|------|------|-------|-------------|---------------------------------|
| Огурцы свежие порционно | 60 | 0,43 | 0,11 | 3,36 | 16,14 | 137,38 |
| Борщ «Сибирский» на бульоне, со сметаной | 200/10 | 3,17 | 4,22 | 18,48 | 124,58 | |
| Мясо тушёное | 90 | 9,10 | 9,80 | 23,99 | 220,56 | |
| Каша перловая рассыпчатая с маслом | 150 | 4,25 | 5,06 | 24,75 | 161,57 | |
| Компот из кураги | 180 | 0,18 | 0,18 | 19,82 | 81,61 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 1,60 | 21,75 | 118,60 | |
| Хлеб ржаной | 50 | 4,25 | 0,45 | 14,38 | 107,05 | |

ОБЕД 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--|--------------|-------|-------|-------|-------------|---------------------------------|
| Огурцы свежие порционно | 100 | 0,72 | 0,18 | 5,60 | 26,90 | 159,71 |
| Борщ «Сибирский» на бульоне, со сметаной | 250/10 | 3,96 | 2,77 | 21,90 | 128,37 | |
| Мясо тушёное | 100 | 11,37 | 12,47 | 25,27 | 258,79 | |
| Каша перловая рассыпчатая с маслом | 180 | 5,10 | 6,08 | 29,70 | 193,89 | |
| Компот из кураги | 180 | 0,18 | 0,18 | 19,82 | 81,61 | |
| Хлеб пшеничный | 90 | 7,74 | 2,88 | 39,15 | 213,48 | |
| Хлеб ржаной | 70 | 5,95 | 0,63 | 20,13 | 109,97 | |

ПОЛДНИК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------------------|--------------|------|------|-------|-------------|---------------------------------|
| Булочка «Российская» йодированная | 100 | 5,60 | 9,90 | 18,80 | 186,70 | 68,69 |
| Чай чёрный с сахаром и ягодами | 200 | 0,61 | 1,15 | 21,98 | 100,73 | |

ПОЛДНИК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------------------|--------------|------|-------|-------|-------------|---------------------------------|
| Булочка «Российская» йодированная | 150 | 8,40 | 14,85 | 28,20 | 280,05 | 79,85 |
| Чай чёрный с сахаром и ягодами | 200 | 0,61 | 1,15 | 21,98 | 100,73 | |

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ