

Согласовано  
Директор образовательного учреждения

Утверждено  
Директор ООО "Азбука питания"

23.09.2021 (четверг)



### Затракт 1-4 кл бюджет 134 руб

Раздел меню	№ рецепту	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b>Завтрак</b>								
Горячее блюдо	1 294,1	Котлеты рубленые из филе кур с соусом сметанным	100	83,36	342	18,37	30	0,15
Сос.друзет	990	Рис припущенный с овощами	150	33,25	209,8	3,6	7	33,56
Напиток	971	Чай ягодный	200	8,25	59,9			14,97
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	40	9,14	94	3,16		19,32
<b>Итого за Затракт</b>			490	134	705,7	25,13	37	68
<b>Итого за день</b>			490	134	705,7	25,13	37	68

### Комплексе 1-4 кл льгота 336 руб

Раздел меню	№ рецепту	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b>Завтрак</b>								
Горячее блюдо	1 294,1	Котлеты рубленые из филе кур с соусом сметанным	100	83,36	342	18,37	30	0,15
Сос.друзет	990	Рис припущенный с овощами	150	33,25	209,8	3,6	7	33,56
Напиток	971	Чай ягодный	200	8,25	59,9			14,97
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	40	9,14	94	3,16		19,32
<b>Итого за Завтрак</b>			490	134	705,7	25,13	37	68
<b>Обед</b>								
Салат, овощная заправка	814	Икра овощная морковная	60	24,56	62,9	0,73	5	4,82
Суп	1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	31,07	94,3	1,8	4	11,94
Второе блюдо	1 053	Мясо говядины отварное	10	19,28	35,2	2,31	3	
Второе блюдо	907	Тефтели мясные с луком	90	75,8	137,1	2,35	10	14,32
Гарнир	857	Бобовые отварные	150	13,76	245,5	14,37	5	34,65
Хлеб, мучные изделия	938	Ватрушка с повидлом	60	20,3	81,4	0,46		17,95
Напиток	925	Напиток апельсиновый*	200	11,22	105,2	0,2		25,73
Хлеб, мучные изделия *	1 180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	6,31	59,1	1,83		11,97
<b>Итого за Обед</b>			800	202	840,7	24,05	27	121,38
<b>Итого за день</b>			1 290	336	1 546,4	49,18	64	189,38

### Комплексе 5-11 кл льгота 336 руб

Раздел меню	№ рецепту	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b>Завтрак</b>								
Горячее блюдо	1 294,1	Котлеты рубленые из филе кур с соусом сметанным	100	83,36	342	18,37	30	0,15
Сос.друзет	990	Рис припущенный с овощами	150	33,25	209,8	3,6	7	33,56
Напиток	971	Чай ягодный	200	8,25	59,9			14,97
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	40	9,14	94	3,16		19,32
<b>Итого за Завтрак</b>			490	134	705,7	25,13	37	68
<b>Обед</b>								
Салат, овощная заправка	814	Икра овощная морковная	100	34,85	104,9	1,22	8	8,03
Суп	1 175	Рассольник домашний со сметаной	250	33,06	117,9	2,25	5	14,93
Второе блюдо	1 053	Мясо говядины отварное	10	16,41	35,2	2,31	3	
Второе блюдо	907	Тефтели мясные с луком	100	71,42	174,5	2,62	11	15,91
Гарнир	857	Бобовые отварные	180	14,06	294,6	17,24	7	41,58
Хлеб, мучные изделия	938	Ватрушка с повидлом	60	17,28	81,4	0,46		17,95
Напиток	925	Напиток апельсиновый*	200	9,55	105,2	0,2		25,73
Хлеб, мучные изделия 2	1 180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	5,37	59,1	1,83		11,97
<b>Итого за Обед</b>			930	202	972,8	28,13	34	136,1
<b>Итого за день</b>			1 420	336	1 678,5	53,26	71	204,1

Согласовано  
Директор образовательного учреждения



Утверждено  
Директор Общества питания



Рядка меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<i>Завтрак</i>								
Хлеб, мучные изделия	938	Ватрушка с повидлом	80	33,93	168,3	0,62	1	38,9
Напиток	971	Чай ягодный	200	10,07	59,9			14,97
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>280</b>	<b>44</b>	<b>168,3</b>	<b>0,62</b>	<b>1</b>	<b>38,9</b>
<b>Итого за день</b>			<b>280</b>	<b>44</b>	<b>168,3</b>	<b>0,62</b>	<b>1</b>	<b>38,9</b>

**Завтрак 5-11 кл за род плату 130 руб**

Рядка меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<i>Завтрак</i>								
Горячее блюдо	1 294,1	Котлеты рубленые из филе кур с соусом	80	73,88	273,6	14,7	24	0,12
Салат, фрукты	990	Рис припущенный с овощами	150	36,84	209,8	3,6	7	33,56
Напиток	971	Чай ягодный	200	9,15	59,9			14,97
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	40	10,13	94	3,16		19,32
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>470</b>	<b>130</b>	<b>637,3</b>	<b>21,46</b>	<b>31</b>	<b>67,97</b>
<b>Итого за день</b>			<b>470</b>	<b>130</b>	<b>637,3</b>	<b>21,46</b>	<b>31</b>	<b>67,97</b>

**Обед ГПД 1-4 кл бюджет 130 руб**

Рядка меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<i>Обед</i>								
Салат, овощная добавка	814	Икра овощная морковная	60	18,19	62,9	0,73	5	4,82
Суп	1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	23,01	94,3	1,8	4	11,94
Второе блюдо	1 053	Мясо говядины отварное	10	14,28	35,2	2,31	3	
Второе блюдо	907	Тефтели мясные с луком	90	55,91	157,1	2,35	10	14,32
Гарнир	857	Бобовые отварные	150	10,19	245,5	14,37	5	34,65
Напиток	1 188	Чай с сахаром	200	3,74	35,9			8,98
Хлеб, мучные изделия 2	1 180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	4,68	59,1	1,85		11,97
<b>Итого за Обед</b>			<b>740</b>	<b>130</b>	<b>690</b>	<b>23,39</b>	<b>27</b>	<b>86,68</b>
<b>Итого за день</b>			<b>740</b>	<b>130</b>	<b>690</b>	<b>23,39</b>	<b>27</b>	<b>86,68</b>

**Обед 5-11 кл за род плату 160 руб**

Рядка меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Цена	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<i>Обед</i>								
Салат, овощная добавка	814	Икра овощная морковная	100	31,19	104,9	1,22	8	8,03
Суп	1 175	Рассольник домашний со сметаной	250	29,59	117,9	2,25	5	14,93
Второе блюдо	1 053	Мясо говядины отварное	10	14,69	33,2	2,31	3	
Второе блюдо	907	Тефтели мясные с луком	100	63,91	174,3	2,62	11	13,91
Гарнир	857	Бобовые отварные	180	12,58	294,6	17,24	7	41,58
Напиток	828	Чай с сахаром*	200	3,23	79,8			19,96
Хлеб, мучные изделия 2	1 180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	4,81	59,1	1,83		11,97
<b>Итого за Обед</b>			<b>870</b>	<b>160</b>	<b>866</b>	<b>27,47</b>	<b>34</b>	<b>112,38</b>
<b>Итого за день</b>			<b>870</b>	<b>160</b>	<b>866</b>	<b>27,47</b>	<b>34</b>	<b>112,38</b>

Директор  
образовательного учреждения