

2024z

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 04.03.– 07.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	4 марта	выход	
7,10	10,61	32,06	252,13	182	Каша пшеничная на молоке с маслом	200	13,83
3,46	2,20	22,44	123,40	382	Какао с молоком сгущенным	200	18,65
5,88	8,30	15,32	159,45	3	Бутерброд с сыром	31/5/15	12,14
16,43	21,11	69,82	534,98				44,62
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	5 марта	выход	
30,30	13,75	39,73	411,90	223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	57,09
1,54	1,15	10,59	58,81	378	Чай с молоком	200	4,82
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
0,92	0,69	23,74	104,88		Груша	230,5	43,80
35,124	15,834	89,31	648,25				107,38
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	6 марта	выход	
4,45	10,14	17,11	177,45	121	Суп молочный с рисовой крупой с маслом	250	15,18
0,11	0,04	17,54	70,94	378	Кисель из клюквы	200	13,92
2,50	3,87	29,70	163,63	2	Бутерброд с джемом	30/5/20	11,50
4,76	4,04	0,24	56,36	209	Яйцо вареное	1шт.	10,42
11,809	18,088	64,59	468,37				51,02
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	7 марта	выход	
14,11	19,99	1,92	243,99	211	Омлет с сыром	115	35,92
3	4,72	29,76	173,52		Печенье сахарное	40	5,6
3,61	2,73	19,74	117,97	382	Какао на молоке	200	12,18
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
0,72	0,72	17,64	79,92		Яблоко	180	21,60
23,802	28,401	84,31	688,061				76,97
					Итого:		280,00

Ст. повар

Технолог

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) на 04.03.– 07.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	4 марта	выход	
20,08	11,92	48,44	377,49	291	Плов с мясом птицы	30/200	38,28
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,76	1,51	3,93	32,40	320	Морковь отварная	60	3,46
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
23,775	13,79	97,76	606,408	-			46,41
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	5 марта	выход	
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	23,26
2,50	7,76	19,00	155,85	128	Картофельное пюре с маслом	150/5	9,91
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
1,12	0,08	6,40	30,80	577	Свекла отварная	60	1,98
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,16	10,4	20,8	185,44		Вафля Зебра	1/40	30,00
22,57	35,29	75,44	709,25	-			69,91
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	6 марта	выход	
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	23,62
5,29	4,19	32,81	190,07	202:309	Макароны отварные	150	6,09
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	7,33
0,849	2,707	5,472	49,6474	54	Икра морковная	60	3,83
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
0,95	0,72	24,56	108,49		Груша	238,45	45,31
21,365	27,191	116,8	796,80	-			87,62
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	7 марта	выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
3,72	14,99	36,60	296,18	171	Рис отварной с маслом	150/10	16,60
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,95	2,71	6,32	53,45	54	Икра свекольная	60	3,50
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
0,8	0,8	19,6	88,8		Яблоко	200	24,00
23,602	23,557	121,5	792,052	-			76,05
					Итого:		280,00

Ст. повар

Технолог



МЕНЮ обед 1-4 классы на 04.03.– 07.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	4 марта	выход	
7,63	10,02	8,68	153,14	88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом птицы со сметаной	18,72	
20,08	11,92	48,44	377,49	291	Плов с мясом птицы	50/200	38,28
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,7648	1,5124	3,9312	32,3956	320	Морковь отварная	60	3,46
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
33,758	24,058	121,7	832,212				66,80
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	5 марта	выход	
6,84	9,17	8,97	143,53	102	Суп картофельный с горохом мясом птицы	250	15,36
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	23,26
2,46	4,14	18,94	122,81	128	Картофельное пюре	150	7,15
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
1,12	0,08	6,40	30,80	577	Свекла отварная	60	1,98
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
0,07	5,68	0,11	51,87		Масло порционно	8,91	4,92
29,642	36,368	78,9	758,831				59,11
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	6 марта	выход	
7,52	9,98	11,34	162,98	82	Борщ со свежей капустой, с картофелем, мясом птицы со сметаной	250	19,35
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	23,62
5,29	4,19	32,81	190,07	202;309	Макароны отварные	150	6,09
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	7,33
0,85	2,71	5,47	49,65	54	Икра морковная	60	3,83
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
30,28	36,70	118,78	923,95				63,33
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	7 марта	выход	
9,30	12,18	16,87	212,11	96	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250	20,95
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
3,64	7,74	36,47	230,09	171	Рис отварной	150	11,08
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,95	2,71	6,32	53,45	54	Икра свекольная	60	3,50
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
0,72	0,72	17,64	79,92		Яблоко	180	21,60
35,10	28,65	151,55	1001,85				90,76
					Итого:		280,00

Ст. повар

Технолог

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12лет и старше) на 04.03 - 07.03.2024 года

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	4 марта	выход	
20,08	11,92	48,44	377,49	291	Плов с мясом птицы	50/200	38,28
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
1,27	2,28	6,55	51,81	320	Морковь отварная	100	5,57
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
24,282	14,557	100,4	625,82	-			48,52
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	5 марта	выход	
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	23,26
3,35	11,56	25,36	218,82	128	Картофельное пюре с маслом	200/5	14,15
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
1,82	0,13	10,40	50,05	577	Свекла отварная	100	3,26
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,44
1,17	7,28	15,86	133,64		Батончик Дет. Сувенир	1/38	18,00
23,13	36,015	80,85	739,666	-			63,42
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	6 марта	выход	
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	23,62
6,62	5,23	41,01	237,59	202;309	Макароны отварные	200	6,92
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	7,33
1,424	2,758	8,35	63,918	54	Икра морковная	100	3,83
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
0,96	0,72	24,63	108,79		Груша	239,1	45,43
23,266	28,291	127,9	858,889	-			88,57
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	7 марта	выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
4,62	15,11	45,69	337,18	171	Рис отварной с маслом	200/10	17,99
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
1,59	4,52	9,80	86,20	54	Икра свекольная	100	5,55
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
0,8	0,8	19,6	88,8		Яблоко	200	24,00
25,138	25,488	134,1	865,804	-			79,49
					Итого:		280,00

Ст. повар

Технолог



МЕНЮ на 04.03.– 07.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	4 марта	выход	
7,63	10,02	8,68	153,14	88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом птицы со сметаной	250	18,72
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
12,913	10,628	69,32	422,324	-			25,06
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	5 марта	выход	
6,84	9,17	8,97	143,53	102	Суп картофельный с горохом мясом птицы	250	15,36
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
							-
11,422	9,8306	44,68	310,623	-			21,80
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	6 марта	выход	
7,52	9,98	11,34	162,98	82	Борщ со свежей капустой, с картофелем, мясом птицы со сметаной	250	19,35
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	7,33
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
14,303	10,738	69,99	431,574	-			29,79
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	7 марта	выход	
9,30	12,18	16,87	212,11	96	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250	20,95
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
14,584	12,783	77,52	481,289	-			27,29
					Итого:		103,93

Ст. повар

Технолог

МЕНЮ обед для детей мобилизованных 5-11 классы на 04.03.– 07.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	4 марта	выход	
7,63	10,02	8,68	153,14	88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом птицы со сметаной	18,72	
20,08	11,92	48,44	377,49	291	Плов с мясом птицы	50/200	38,28
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
1,27	2,28	6,55	51,81	320	Морковь отварная	100	5,57
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
34,272	24,829	124,3	851,617	-			68,92
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	5 марта	выход	
6,84	9,17	8,97	143,53	102	Суп картофельный с горохом мясом птицы	250	15,36
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	23,26
0,00	0,00	0,00	0,00	128	Картофельное пюре	200/10	16,91
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
1,82	0,13	10,40	50,05	577	Свекла отварная	100	3,26
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
27,81	26,6	63,86	603,4	-			65,22
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	6 марта	выход	
7,52	9,98	11,34	162,98	82	Борщ со свежей капустой, с картофелем, мясом птицы со сметаной	250	19,35
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	23,62
6,62	5,23	41,01	237,59	202;309	Макароны отварные	200	6,92
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	7,33
1,424	2,758	8,35	63,918	54	Икра морковная	100	6,08
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
32,19	37,80	129,87	985,74	-			66,41
Б	Ж	У	Ккал	№ рец.	7 марта	выход	
9,30	12,18	16,87	212,11	96	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250	20,95
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленные из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
29,55	6,60	4,05	193,80	171	Рис отварной	200/10	17,99
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
1,59	4,52	9,80	86,20	54	Икра свекольная	100	5,55
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
0,71	0,71	17,43	78,99		Яблоко	177,9	21,35
61,65	29,32	122,38	997,39	-			99,47
					Итого:		300,00

Ст. повар

Технолог