



Согласовано

Директор школы №

Где: Понедельник 17 февраля 2025 г.

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                                         | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>мг | С<br>мг | Аргентин<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 337  | Яйцо вареное                                               | 45 (1шт)          | 18,72  | 5,08        | 4,6        | 0,28           | 63,0                               | 0,05     | 0,6     | 12,0              | 1,14     | 10,4     | 28,93   | 11,6     | 0,64     |
| 15   | Сыр порционными                                            | 20                | 21,73  | 4,64        | 5,89       | -              | 69,75                              | 0,01     | 0,11    | -                 | 0,11     | 32       | 14      | 4,7      | 0,12     |
| 175  | Каша вязкая молочная из риса и<br>пшена с маслом сливочным | 250/6<br>(256)    | 42,75  | 4,11        | 3,7        | 33,32          | 237,65                             | 0,17     | 12,9    | 163               | 0,6      | 87,8     | 77,47   | 4,14     | 0,69     |
| 693  | Какао с молоком                                            | 200               | 30,92  | 3,17        | 2,68       | 26,0           | 100,6                              | 0,02     | 1,33    | -                 | -        | 133,3    | 111,1   | 25,56    | 1,0      |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                                | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                              | 0,05     | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
|      | Итого                                                      | 571               | 120,00 | 19,25       | 19,75      | 83,75          | 587,5/<br>25%                      | 0,3      | 15,0    | 175               | 2,5      | 275,0    | 275     | 62,5     | 3,0      |

Завтрак 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                                         | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>мг | С<br>мг | Аргентин<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 337  | Яйцо вареное                                               | 45 (1шт)          | 18,72  | 5,08        | 4,6        | 0,28           | 63,0                               | 0,05     | 0,6     | 12,0              | 1,14     | 10,4     | 28,93   | 11,6     | 0,64     |
| 15   | Сыр порционными                                            | 20                | 21,73  | 4,64        | 5,89       | -              | 69,75                              | 0,01     | 0,11    | -                 | 0,11     | 32,0     | 14,0    | 4,7      | 0,12     |
| 175  | Каша вязкая молочная из риса и<br>пшена с маслом сливочным | 250/6<br>(256)    | 42,75  | 7,36        | 6,95       | 45,32          | 330,15                             | 0,22     | 15,4    | 213               | 0,6      | 112,8    | 102,4   | 16,6     | 2,19     |
| 693  | Какао с молоком                                            | 200               | 30,92  | 3,17        | 2,68       | 26,0           | 100,6                              | 0,02     | 1,33    | -                 | -        | 133,3    | 111,1   | 25,56    | 1,0      |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                                | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                              | 0,05     | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
|      | Итого                                                      | 571               | 120,00 | 22,5        | 23,0       | 95,75          | 680/25<br>%                        | 0,35     | 17,5    | 225               | 2,5      | 300      | 300     | 75,0     | 4,5      |

Обед 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>мг | С<br>мг | Аргентин<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|--------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 67   | Винегрет овощной                           | 60                | 14,44  | 0,79        | 1,95       | 3,88           | 44,06                              | 0,02     | 6,99    | -                 | 1,16     | 15,26    | 21,38   | 1,1      | 0,4      |
| 139  | Суп картофельный с бобовыми с<br>говядиной | 5/200<br>(205)    | 26,04  | 2,39        | 3,94       | 11,08          | 102,4                              | 0,06     | 1,8     | -                 | 0,8      | 156      | 87,6    | 6,23     | 0,2      |
| 251  | Полужарка из свинины                       | 60/50 (110)       | 73,76  | 10,64       | 9,51       | 5,15           | 165,19                             | 0,09     | 11,61   | 245               | 0,33     | 42,4     | 137,66  | 32,17    | 0,39     |
| 508  | Каша гречневая рассыпчатая                 | 150               | 19,30  | 6,74        | 8,7        | 30,67          | 206,57                             | 0,06     | -       | -                 | 0,06     | 76,96    | 34,5    | 7,5      | 0,73     |
| п/п  | Сок фруктовый                              | 200               | 44,00  | -           | -          | 20,2           | 84,8                               | 0,09     | 0,6     | -                 | -        | 70       | 1,0     | 10       | 0,2      |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                              | 0,05     | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                       | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                             | 0,05     | -       | -                 | 0,5      | 12,88    | 59,36   | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                      | 831               | 190,00 | 26,95       | 27,65      | 117,25         | 822,5/<br>35%                      | 0,42     | 21,0    | 245               | 3,5      | 385,0    | 385     | 87,5     | 4,2      |

Обед 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>мг | С<br>мг | Аргентин<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|--------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 67   | Винегрет овощной                           | 100               | 24,07  | 1,02        | 3,2        | 4,42           | 73,4                               | 0,03     | 7,2     | -                 | 1,16     | 20,4     | 25,6    | 1,1      | 0,4      |
| 139  | Суп картофельный с бобовыми с<br>говядиной | 5/250<br>(255)    | 30,28  | 3,0         | 4,68       | 13,78          | 127,3                              | 0,07     | 4,0     | -                 | 0,8      | 165,0    | 97,5    | 10,3     | 0,9      |
| 251  | Полужарка из свинины                       | 60/50 (110)       | 73,76  | 12,82       | 10,84      | 9,68           | 170,75                             | 0,12     | 12,7    | 315               | 0,33     | 60,8     | 149,64  | 43,6     | 1,68     |
| 508  | Каша гречневая рассыпчатая                 | 180               | 23,16  | 8,27        | 9,93       | 39,7           | 276,27                             | 0,08     | -       | -                 | 0,06     | 80,14    | 43,4    | 9,5      | 0,84     |
| п/п  | Сок фруктовый                              | 200               | 44,00  | -           | -          | 20,2           | 84,8                               | 0,09     | 0,6     | -                 | -        | 70       | 1,0     | 10       | 0,2      |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                              | 0,05     | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                       | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                             | 0,05     | -       | -                 | 0,5      | 12,88    | 59,36   | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                      | 951               | 207,73 | 31,5        | 32,2       | 134,05         | 952,0/<br>35%                      | 0,49     | 24,5    | 315               | 3,5      | 420,0    | 420,0   | 105      | 6,3      |

Полдник 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда    | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>мг | С<br>мг | Аргентин<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|------------------------------------|----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Кефир                 | 200               | 31,00  | 5,8          | 5            | 8              | 118                                | 0,06     | 1,4     | 40                | -        | 74       | 55,5    | 8,5      | 0,2      |
| 410  | Ватрушка с творогом   | 100               | 55,00  | 1,5          | 2,5          | 21,7           | 70                                 | 0,04     | 1,2     | 30                | 0,8      | 20       | 43,5    | 7,5      | 0,2      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте | 100               | 34,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                                 | 0,02     | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                 | 400               | 120,00 | 7,7          | 7,9          | 33,5           | 235,0/<br>10%                      | 0,12     | 6       | 70                | 1,0      | 110      | 110     | 25,0     | 1,2      |
|      | Всего                 |                   |        | 53,9/<br>70% | 55,3/<br>70% | 234,5/<br>70%  | 1645,0/<br>70%                     | 0,84     | 42,0    | 490               | 7,0      | 770,0    | 770,0   | 175,0    | 8,4      |

Полдник 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда    | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>мг | С<br>мг | Аргентин<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|------------------------------------|----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Кефир                 | 200               | 31,00  | 5,8          | 5            | 8              | 118                                | 0,06     | 1,4     | 40                | -        | 74       | 55,5    | 8,5      | 0,2      |
| 410  | Ватрушка с творогом   | 100               | 55,00  | 2,8          | 3,8          | 26,5           | 107                                | 0,06     | 2,2     | 50                | 0,8      | 30       | 53,5    | 12,5     | 0,8      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте | 100               | 34,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                                 | 0,02     | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                 | 400               | 120,00 | 9,0          | 9,2          | 38,3           | 272,0/<br>10%                      | 0,14     | 7       | 90                | 1,0      | 120      | 120     | 30,0     | 1,8      |
|      | Всего                 |                   |        | 63,0/<br>70% | 64,4/<br>70% | 268,1/<br>70%  | 1904,0/<br>70%                     | 0,98     | 49,0    | 630               | 7,0      | 840,0    | 840,0   | 210,0    | 12,6     |

Зав. производством

Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

Бухгалтер

ИП ХВОСТОВА Т.В.  
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ

Согласовано

Директор школы №

2 день. Вторник 18 февраля 2025 г.

Утверждено

ИП

## МЕНЮ

## Завтрак 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда          | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|------------|---------|----------|----------|
| 451  | Котлета «школьная»          | 90                | 77,02  | 7,63        | 2,48       | 2,85           | 131,72                          | 0,12      | 12,7    | 175                    | 1,21     | 47,45      | 52,54   | 6,74     | 0,32     |
| 516  | Макаронные изделия отварные | 150               | 16,77  | 4,9         | 6,91       | 36,2           | 178,38                          | 0,09      | -       | -                      | 0,62     | 56,98      | 30,76   | 5,13     | 0,73     |
| 588  | Соус томатный с овощами     | 50                | 2,35   | 1,3         | 4,8        | 4,7            | 60,3                            | 0,01      | 0,6     | -                      | 0,02     | 0,4        | 16,2    | 4,2      | 0,2      |
| 692  | Кофейный напиток с молоком  | 200               | 17,98  | 3,17        | 2,68       | 15,85          | 100,6                           | 0,03      | 1,7     | -                      | -        | 158,6<br>7 | 132,0   | 29,93    | 1,2      |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -       | -                      | 0,65     | 11,5       | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
|      | Итого                       | 540               | 120,00 | 19,25       | 19,75      | 83,75          | 587,5/<br>25%                   | 0,3       | 15,0    | 175                    | 2,5      | 275,0      | 275     | 62,5     | 3,0      |

## Завтрак 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда          | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг   | Mg<br>мг  | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|------------|-----------|-----------|----------|
| 451  | Котлета «школьная»          | 100               | 85,58  | 8,08        | 4,06       | 7,68           | 155,02                          | 0,13      | 15,2    | 225                    | 1,34     | 63,0<br>9  | 60,2<br>4 | 8,7       | 0,6      |
| 516  | Макаронные изделия отварные | 180               | 20,12  | 7,25        | 9,01       | 38,54          | 223,98                          | 0,12      | -       | -                      | 0,62     | 64,0<br>4  | 39,3<br>6 | 12,3<br>7 | 1,84     |
| 588  | Соус томатный с овощами     | 50                | 2,35   | 1,3         | 4,8        | 4,7            | 60,3                            | 0,01      | 0,6     | -                      | 0,02     | 0,4        | 16,2      | 4,2       | 0,2      |
| 692  | Кофейный напиток с молоком  | 200               | 17,98  | 3,17        | 2,68       | 15,85          | 100,6                           | 0,03      | 1,7     | -                      | -        | 158,<br>67 | 132,<br>0 | 29,9<br>3 | 1,2      |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный | 60                | 7,06   | 2,7         | 3,45       | 28,98          | 140,1                           | 0,06      | -       | -                      | 0,52     | 13,8       | 52,2      | 19,8      | 0,66     |
|      | Итого                       | 590               | 133,09 | 22,5        | 23,0       | 95,75          | 680/<br>25%                     | 0,35      | 17,5    | 225                    | 2,5      | 300        | 300       | 75,0      | 4,5      |

## Обед 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг    | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|------------|------------|----------|----------|
| 39   | Салат картофельный с кукурузой и морковью           | 60                | 21,44  | 0,36        | 3,81       | 3,16           | 48,24                           | 0,02      | 7,8     | -                      | 0,68     | 15,2<br>6  | 21,3<br>8  | 11,3     | 0,3      |
| 110  | Борщ с капустой и картофелем с говяжьей со сметаной | 5/200 /5<br>(210) | 34,52  | 3,61        | 4,07       | 10,58          | 86,9                            | 0,08      | 4,75    | -                      | 0,17     | 83,1<br>8  | 66,5<br>8  | 5,4      | 0,23     |
| 431  | Печень по-строгановски                              | 150<br>(75/75)    | 89,06  | 10,39       | 9,31       | 4,21           | 161,98                          | 0,07      | 7,45    | 245                    | 0,21     | 94,7<br>2  | 56,8       | 9,3      | 0,19     |
| 508  | Каша рисовая рассыпчатая                            | 150               | 21,07  | 4,9         | 6,91       | 25,4           | 191,1                           | 0,12      | -       | -                      | 0,29     | 126,<br>98 | 100,<br>76 | 4,8      | 0,34     |
| 650  | Напиток брусничный (из сиропа)                      | 200               | 11,45  | 1,3         | -          | 27,63          | 114,8                           | 0,03      | 1,0     | -                      | 1,0      | 40,4<br>8  | 36,6       | 26,2     | 0,86     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                         | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -       | -                      | 0,65     | 11,5       | 43,5       | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                                | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                          | 0,05      | -       | -                      | 0,5      | 12,8<br>8  | 59,3<br>6  | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                               | 876               | 190,00 | 26,95       | 27,65      | 117,25         | 822,5/<br>35%                   | 0,42      | 21,0    | 245                    | 3,5      | 385,<br>0  | 385        | 87,5     | 4,2      |

## Обед 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг    | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|------------|------------|----------|----------|
| 39   | Салат картофельный с кукурузой и морковью           | 100               | 35,73  | 0,6         | 6,35       | 5,26           | 70,4                            | 0,02      | 8,3     | -                      | 0,68     | 19,4<br>3  | 25,6<br>3  | 12,8     | 0,3      |
| 110  | Борщ с капустой и картофелем с говяжьей со сметаной | 5/250 /5<br>(260) | 40,14  | 5,49        | 4,99       | 13,16          | 116,04                          | 0,09      | 7,75    | -                      | 0,17     | 93,4<br>6  | 77,1<br>8  | 10,4     | 0,5      |
| 431  | Печень по-строгановски                              | 150<br>(75/75)    | 89,06  | 10,39       | 9,31       | 4,21           | 161,98                          | 0,07      | 7,45    | 315                    | 0,21     | 94,7<br>2  | 56,8       | 9,3      | 0,19     |
| 508  | Каша рисовая рассыпчатая                            | 180               | 25,28  | 7,33        | 8,0        | 37,52          | 269,3                           | 0,18      | -       | -                      | 0,29     | 147,<br>53 | 120,<br>91 | 15,8     | 2,17     |
| 650  | Напиток брусничный (из сиропа)                      | 200               | 11,45  | 1,3         | -          | 27,63          | 114,8                           | 0,03      | 1,0     | -                      | 1,0      | 40,4<br>8  | 36,6       | 26,2     | 0,86     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                         | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -       | -                      | 0,65     | 11,5       | 43,5       | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                                | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                          | 0,05      | -       | -                      | 0,5      | 12,8<br>8  | 59,3<br>6  | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                               | 996               | 214,12 | 31,5        | 32,2       | 134,05         | 952,0/<br>35%                   | 0,49      | 24,5    | 315                    | 3,5      | 420,<br>0  | 420,<br>0  | 105      | 6,3      |

## Подзник 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда    | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Сок фруктовый         | 200               | 44,00  | -            | -            | 20,2           | 84,8                            | 0,09      | 0,6     | -                      | -        | 70       | 1,0     | 10       | 0,2      |
| 413  | Пицца «Школьная»      | 100               | 55,00  | 7,3          | 7,5          | 9,5            | 103,2                           | 0,01      | 2,0     | 70                     | 0,8      | 24       | 98      | 6,0      | 0,2      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте | 100               | 21,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                              | 0,02      | 3,4     | -                      | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                 | 400               | 120,00 | 7,7          | 7,9          | 33,5           | 235,0/<br>10%                   | 0,12      | 6       | 70                     | 1,0      | 110      | 110     | 25,0     | 1,2      |
|      | Всего                 |                   |        | 53,9/<br>70% | 55,3/<br>70% | 234,5/<br>70%  | 1645,0/<br>70%                  | 0,84      | 42,0    | 490                    | 7,0      | 770,0    | 770,0   | 175,0    | 8,4      |

## Подзник 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда    | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Сок фруктовый         | 200               | 44,00  | -            | -            | 20,2           | 84,8                            | 0,09      | 0,6     | -                      | -        | 70       | 1,0     | 10       | 0,2      |
| 413  | Пицца «Школьная»      | 100               | 55,00  | 8,6          | 8,8          | 14,3           | 140,2                           | 0,03      | 3,0     | 90                     | 0,8      | 34       | 108     | 11,0     | 0,8      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте | 100               | 21,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                              | 0,02      | 3,4     | -                      | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                 | 400               | 120,00 | 9,0          | 9,2          | 38,3           | 272,0/<br>10%                   | 0,14      | 7       | 90                     | 1,0      | 120      | 120     | 30,0     | 1,8      |
|      | Всего                 |                   |        | 63,0/<br>70% | 64,4/<br>70% | 268,1/<br>70%  | 1904,0/<br>70%                  | 0,98      | 49,0    | 630                    | 7,0      | 840,0    | 840,0   | 210,0    | 12,6     |

Зав. производством

Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

Бухгалтер

ИП ХВОСТОВА Т.В.

ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ

Согласовано

Директор школы №

3 день. Среда 19 февраля 2025 г.

## МЕНЮ

## Завтрак 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда          | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценность<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.жк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|----------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Фрукты в ассортименте       | 100               | 26,60  | 0,4         | 0,4        | 3,8            | 47                         | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
| 366  | Запеканка из творога        | 150               | 73,78  | 14,2        | 19,05      | 32,57          | 331,9                      | 0,26      | 1,88    | 155,4             | 1,82     | 239,68   | 221,98  | 35,17    | 0,57     |
| п/п  | Молоко сгущенное            | 30                | 13,89  | 3,0         | 0,08       | 22,72          | 102                        | -         | 9,45    | 19,6              | 0,22     | 1,12     | 2,49    | -        | 0,28     |
| 685  | Чай с сахаром               | 200               | 3,38   | 0,07        | 0,02       | 15,0           | 60,0                       | -         | 0,27    | -                 | -        | 13,6     | 22,13   | 11,73    | 1,13     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный | 20                | 2,35   | 1,58        | 0,2        | 9,66           | 46,6                       | 0,02      | -       | -                 | 0,26     | 4,6      | 17,4    | 6,6      | 0,22     |
|      | Итого                       | 500               | 120,00 | 19,25       | 19,75      | 83,75          | 587,5/<br>25%              | 0,3       | 15,0    | 175               | 2,5      | 275,0    | 275,0   | 62,5     | 3,0      |

## Завтрак 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда          | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценность<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.жк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|----------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Фрукты в ассортименте       | 100               | 26,60  | 0,4         | 0,4        | 3,8            | 47                         | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
| 366  | Запеканка из творога        | 200               | 98,37  | 17,45       | 22,3       | 44,57          | 424,4                      | 0,31      | 4,38    | 205,4             | 1,82     | 264,98   | 246,7   | 47,6     | 2,07     |
| п/п  | Молоко сгущенное            | 30                | 13,89  | 3,0         | 0,08       | 22,72          | 102                        | -         | 9,45    | 19,6              | 0,22     | 1,12     | 2,49    | -        | 0,28     |
| 685  | Чай с сахаром               | 200               | 3,38   | 0,07        | 0,02       | 15,0           | 60,0                       | -         | 0,27    | -                 | -        | 13,6     | 22,13   | 11,73    | 1,13     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный | 20                | 2,35   | 1,58        | 0,2        | 9,66           | 46,6                       | 0,02      | -       | -                 | 0,26     | 4,6      | 17,4    | 6,6      | 0,22     |
|      | Итого                       | 550               | 144,59 | 22,5        | 23,0       | 95,75          | 680/25<br>%                | 0,35      | 17,5    | 225               | 2,5      | 300      | 300     | 75,0     | 4,5      |

## Обед 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценность<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.жк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|----------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 30   | Салат из лобы                                   | 60                | 16,12  | 0,36        | 3,81       | 3,16           | 48,24                      | 0,02      | 7,8     | -                 | 0,68     | 15,26    | 21,38   | 11,3     | 0,3      |
| 132  | Рассольник ленинградский с говяжьей со сметаной | 5/200/5<br>(210)  | 39,12  | 3,44        | 3,94       | 6,88           | 94,0                       | 0,05      | 1,6     | -                 | 0,24     | 138,41   | 53,0    | 5,23     | 0,22     |
| 374  | Рыба, тушеная с овощами                         | 100/25<br>(125)   | 82,31  | 8,99        | 10,43      | 16,04          | 198,65                     | 0,13      | 8,05    | 245               | 1,08     | 94,46    | 61,53   | 22,77    | 0,76     |
| 520  | Картофельное пюре                               | 150               | 31,71  | 7,11        | 5,83       | 12,89          | 129,33                     | 0,1       | 2,75    | -                 | 0,15     | 106,65   | 100,23  | 6,7      | 0,46     |
| 639  | Компот из смеси сухофруктов                     | 200               | 8,28   | 0,66        | 0,09       | 32,01          | 132,8                      | 0,02      | 0,8     | -                 | 0,2      | 5,84     | 46,0    | 11,0     | 0,18     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                     | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                      | 0,05      | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                            | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                     | 0,05      | -       | -                 | 0,5      | 12,88    | 59,36   | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                           | 851               | 190,00 | 26,95       | 27,65      | 117,25         | 822,5/<br>35%              | 0,42      | 21,0    | 245               | 3,5      | 385,0    | 385,0   | 87,5     | 4,2      |

## Обед 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценность<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.жк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|----------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 30   | Салат из лобы                                   | 100               | 26,86  | 0,9         | 6,35       | 5,26           | 80,4                       | 0,02      | 8,3     | -                 | 0,68     | 19,43    | 25,63   | 13,0     | 0,4      |
| 132  | Рассольник ленинградский с говяжьей со сметаной | 5/250/5<br>(260)  | 45,89  | 5,36        | 5,02       | 13,67          | 108,45                     | 0,08      | 4,05    | -                 | 0,24     | 151,36   | 63,68   | 19,63    | 0,29     |
| 374  | Рыба, тушеная с овощами                         | 100/25<br>(125)   | 82,31  | 8,99        | 10,43      | 16,04          | 198,65                     | 0,13      | 8,05    | 315               | 1,08     | 94,46    | 61,53   | 22,77    | 0,76     |
| 520  | Картофельное пюре                               | 180               | 38,05  | 9,2         | 6,76       | 20,8           | 212,22                     | 0,14      | 3,3     | -                 | 0,15     | 124,53   | 120,3   | 8,1      | 2,39     |
| 639  | Компот из смеси сухофруктов                     | 200               | 8,28   | 0,66        | 0,09       | 32,01          | 132,8                      | 0,02      | 0,8     | -                 | 0,2      | 5,84     | 46,0    | 11,0     | 0,18     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                     | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                      | 0,05      | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                            | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                     | 0,05      | -       | -                 | 0,5      | 12,88    | 59,36   | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                           | 971               | 213,85 | 31,5        | 32,2       | 134,05         | 952,0/<br>35%              | 0,49      | 24,5    | 315               | 3,5      | 420,0    | 420,0   | 105      | 6,3      |

## Полдник 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда          | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценность<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.жк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|----------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Молоко (заводская упаковка) | 250               | 45,00  | 5,8          | 5            | 9,6            | 107                        | 0,08      | 2,6     | 40,0              | 0,35     | 84       | 97      | 9,0      | 0,2      |
| 424  | Булочка с сыром             | 50                | 33,00  | 1,5          | 2,5          | 20,1           | 81                         | 0,02      | -       | 30,0              | 0,45     | 10       | 2       | 7        | 0,2      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте       | 100               | 42,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                         | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                       | 400               | 120,00 | 7,7          | 7,9          | 33,5           | 235,0/<br>10%              | 0,12      | 6       | 70                | 1,0      | 110      | 110     | 25,0     | 1,2      |
|      | Всего                       |                   |        | 53,9/<br>70% | 55,3/<br>70% | 234,5/<br>70%  | 1645,0/<br>70%             | 0,84      | 42,0    | 490               | 7,0      | 770,0    | 770,0   | 175,0    | 8,4      |

## Полдник 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда          | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценность<br>Ккал | В-<br>Имг | С<br>мг | Аргет.жк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|-----------------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|----------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Молоко (заводская упаковка) | 250               | 45,00  | 5,8          | 5            | 9,6            | 107                        | 0,08      | 2,6     | 40,0              | 0,35     | 84       | 97      | 9,0      | 0,2      |
| 424  | Булочка с сыром             | 50                | 33,00  | 2,8          | 3,8          | 24,9           | 118                        | 0,04      | 1,0     | 50,0              | 0,45     | 20       | 12      | 12       | 0,8      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте       | 100               | 42,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                         | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                       | 400               | 120,00 | 9,0          | 9,2          | 38,3           | 272,0/<br>10%              | 0,14      | 7       | 90                | 1,0      | 120      | 120     | 30,0     | 1,8      |
|      | Всего                       |                   |        | 63,0/<br>70% | 64,4/<br>70% | 268,1/<br>70%  | 1904,0/<br>70%             | 0,98      | 49,0    | 630               | 7,0      | 840,0    | 840,0   | 210,0    | 12,6     |

Зав. производством  
Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

Бухгалтер

ИП ХВОСТОВА Т.В.

ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ

Согласовано

Директор школы №

4 день, Четверг 20 февраля 2025 г.

Утверждено

## МЕНЮ

## Завтрак 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                                                             | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг   | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг    | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|-----------|------------------------|----------|------------|------------|----------|----------|
| п/п  | Кондитерское/мучное изделие                                                    | 50                | 50,15  | 3,2         | 9,86       | 0,98           | 106,0                           | 0,03      | 1,43      | 40                     | 0,1      | 147,4<br>7 | 112,8<br>7 | 18,2     | 0,07     |
| 15   | Сыр поршиям                                                                    | 20                | 21,73  | 4,64        | 5,89       | -              | 69,75                           | 0,01      | 0,11      | -                      | 0,11     | 32,0       | 14,0       | 4,7      | 0,12     |
| 181  | Каша жидкая молочная манная (или пшенная, или геркулесовая) с маслом сливочным | 250/5<br>(255)    | 38,86  | 9,09        | 1,1        | 43,62          | 235,25                          | 0,21      | 13,1<br>9 | 135                    | 1,64     | 70,43      | 82,5       | 11,37    | 1,13     |
| 685  | Чай с сахаром                                                                  | 200               | 3,38   | 0,07        | 0,02       | 15,0           | 60,0                            | -         | 0,27      | -                      | -        | 13,6       | 22,13      | 11,73    | 1,13     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                                                    | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -         | -                      | 0,65     | 11,5       | 43,5       | 16,5     | 0,55     |
|      | итого                                                                          | 575               | 120,00 | 19,25       | 19,75      | 83,75          | 587,5/<br>25%                   | 0,3       | 15,0      | 175                    | 2,5      | 275,0      | 275,0      | 62,5     | 3,0      |

## Завтрак 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                                                             | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг   | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг    | Mg<br>мг  | Fe<br>мг |
|------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|-----------|------------------------|----------|------------|------------|-----------|----------|
| п/п  | Кондитерское /мучное изделие                                                   | 50                | 50,15  | 3,2         | 9,86       | 0,98           | 106,0                           | 0,03      | 1,43      | 40                     | 0,1      | 147,4<br>7 | 112,8<br>7 | 18,2      | 0,07     |
| 15   | Сыр поршиям                                                                    | 20                | 21,73  | 4,64        | 5,89       | -              | 69,75                           | 0,01      | 0,11      | -                      | 0,11     | 32,0       | 14,0       | 4,7       | 0,12     |
| 181  | Каша жидкая молочная манная (или пшенная, или геркулесовая) с маслом сливочным | 250/5<br>(255)    | 38,86  | 12,34       | 4,35       | 55,62          | 327,75                          | 0,26      | 15,6<br>9 | 185                    | 1,64     | 95,4<br>3  | 107,5      | 23,8<br>7 | 2,63     |
| 685  | Чай с сахаром                                                                  | 200               | 3,38   | 0,07        | 0,02       | 15,0           | 60,0                            | -         | 0,27      | -                      | -        | 13,6       | 22,1<br>3  | 11,7<br>3 | 1,13     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                                                    | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -         | -                      | 0,65     | 11,5       | 43,5       | 16,5      | 0,55     |
|      | итого                                                                          | 575               | 120,00 | 22,5        | 23,0       | 95,75          | 680/25<br>%                     | 0,35      | 17,5      | 225                    | 2,5      | 300        | 300        | 75,0      | 4,5      |

## Обед 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг   | Р<br>мг   | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|--------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|------------|-----------|----------|----------|
| 35   | Салат «степной» с зеленым горошком         | 60                | 14,39  | 0,79        | 1,95       | 3,88           | 44,06                           | 0,02      | 6,99    | -                      | 1,16     | 15,2<br>6  | 21,3<br>8 | 1,1      | 0,4      |
| 133  | Суп картофельный с крупой рисовой с сайрой | 20/200<br>(220)   | 48,50  | 3,55        | 2,08       | 9,5            | 111,49                          | 0,05      | 8,24    | -                      | 0,2      | 102,4<br>2 | 71,6<br>1 | 18,45    | 0,2      |
| 271  | Котлета домашняя                           | 90                | 66,78  | 9,86        | 8,36       | 4,46           | 143,79                          | 0,11      | 3,37    | 245                    | 0,35     | 109,16     | 67,7<br>9 | 15,52    | 0,21     |
| 516  | Макаронные изделия отварные                | 150               | 16,77  | 4,9         | 6,91       | 23,35          | 128,78                          | 0,12      | -       | -                      | 0,62     | 126,98     | 100,76    | 14,13    | 0,73     |
| 588  | Соус томатный с овощами                    | 50                | 2,35   | 1,3         | 4,8        | 4,7            | 60,3                            | 0,01      | 0,6     | -                      | 0,02     | 0,4        | 16,2      | 4,2      | 0,2      |
| 388  | Напиток из свежемороженных ягод            | 200               | 28,75  | 0,16        | -          | 25,09          | 114,6                           | 0,01      | 1,8     | -                      | -        | 6,4        | 4,4       | 3,6      | 0,18     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -       | -                      | 0,65     | 11,5       | 43,5      | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                       | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                          | 0,05      | -       | -                      | 0,5      | 12,8<br>8  | 59,3<br>6 | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                      | 876               | 190,00 | 26,95       | 27,65      | 117,25         | 822,5/<br>35%                   | 0,42      | 21,0    | 245                    | 3,5      | 385,0      | 385,0     | 87,5     | 4,2      |

## Обед 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг   | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг  | Р<br>мг   | Mg<br>мг  | Fe<br>мг |
|------|--------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------|-----------|------------------------|----------|-----------|-----------|-----------|----------|
| 35   | Салат «степной» с зеленым горошком         | 100               | 23,99  | 1,02        | 3,2        | 4,42           | 73,4                            | 0,03      | 7,2       | -                      | 1,16     | 20,4      | 25,6      | 1,1       | 0,4      |
| 133  | Суп картофельный с крупой рисовой с сайрой | 20/250<br>(270)   | 51,01  | 4,85        | 3,2        | 11,7           | 136,8                           | 0,07      | 10,7<br>4 | -                      | 0,2      | 127,64    | 94,8<br>8 | 28,9<br>2 | 2,2      |
| 271  | Котлета домашняя                           | 100               | 74,20  | 10,3        | 10,08      | 4,9            | 159,8                           | 0,12      | 4,16      | 315                    | 0,35     | 113,8     | 75,3      | 22,5<br>5 | 0,31     |
| 516  | Макаронные изделия отварные                | 180               | 20,12  | 7,48        | 7,37       | 36,97          | 187,62                          | 0,15      | -         | -                      | 0,62     | 126,98    | 100,76    | 14,1<br>3 | 0,73     |
| 588  | Соус томатный с овощами                    | 50                | 2,35   | 1,3         | 4,8        | 4,7            | 60,3                            | 0,01      | 0,6       | -                      | 0,02     | 0,4       | 16,2      | 4,2       | 0,2      |
| 388  | Напиток из свежемороженных ягод            | 200               | 28,75  | 0,16        | -          | 25,09          | 114,6                           | 0,01      | 1,8       | -                      | -        | 6,4       | 4,4       | 3,6       | 0,18     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                           | 0,05      | -         | -                      | 0,65     | 11,5      | 43,5      | 16,5      | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                       | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                          | 0,05      | -         | -                      | 0,5      | 12,8<br>8 | 59,3<br>6 | 14        | 1,73     |
|      | Итого                                      | 1006              | 212,88 | 31,5        | 32,2       | 134,05         | 952,0/<br>35%                   | 0,49      | 24,5      | 315                    | 3,5      | 420,0     | 420,0     | 105       | 6,3      |

## Полдник 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда              | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|---------------------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Йогурт фруктовый питьевой (т/п) | 300               | 55,00  | 5,8          | 5            | 8              | 118                             | 0,06      | 1,4     | 40                     | -        | 74       | 55,5    | 8,5      | 0,2      |
| 406  | Пирожки печеные с капустой      | 100               | 37,00  | 1,5          | 2,5          | 21,7           | 70                              | 0,04      | 1,2     | 30,0                   | 0,8      | 20       | 43,5    | 7,5      | 0,2      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте           | 100               | 28,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                              | 0,02      | 3,4     | -                      | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                           | 500               | 120,00 | 7,7          | 7,9          | 33,5           | 235,0/<br>10%                   | 0,12      | 6       | 70                     | 1,0      | 110      | 110     | 25,0     | 1,2      |
|      | Всего                           |                   |        | 53,9/<br>70% | 55,3/<br>70% | 234,5/<br>70%  | 1645,0/<br>70%                  | 0,84      | 42,0    | 490                    | 7,0      | 770,0    | 770,0   | 175,0    | 8,4      |

## Полдник 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда              | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>Ценнос-<br>ть<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.э-<br>к<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|---------------------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|----------------|---------------------------------|-----------|---------|------------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Йогурт фруктовый питьевой (т/п) | 300               | 55,00  | 5,8          | 5            | 8              | 118                             | 0,06      | 1,4     | 40                     | -        | 74       | 55,5    | 8,5      | 0,2      |
| 406  | Пирожки печеные с капустой      | 100               | 37,00  | 2,8          | 3,8          | 26,5           | 107                             | 0,06      | 2,2     | 50,0                   | 0,8      | 30       | 32,5    | 12,5     | 0,8      |
| п/п  | Фрукты в ассортименте           | 100               | 28,00  | 0,4          | 0,4          | 3,8            | 47                              | 0,02      | 3,4     | -                      | 0,2      | 16       | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                           | 500               | 120,00 | 9,0          | 9,2          | 38,3           | 272,0/<br>10%                   | 0,14      | 7       | 90                     | 1,0      | 120      | 120     | 30,0     | 1,8      |
|      | Всего                           |                   |        | 63,0/<br>70% | 64,4/<br>70% | 268,1/<br>70%  | 1904,0/<br>70%                  | 0,98      | 49,0    | 630                    | 7,0      | 840,0    | 840,0   | 210,0    | 12,6     |

Зав.производством

Бухгалтер

Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

И.П. ХВОСЮОВА Т.В.

ИЗМЕНА ПРОВЕРЕНА



Согласовано

Директор школы № 39

5 день. Пятница 21 февраля 2025 г.

Завтрак 7-11 лет

МЕНЮ

| № ТК | Наименование блюда                | Выход блюда, г | Цена   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. Ценность Ккал | В-1мг | С мг  | Арег.эк в/сут | Д мкг | Са мг  | Р мг   | Mg мг | Fe мг |
|------|-----------------------------------|----------------|--------|----------|---------|-------------|----------------------|-------|-------|---------------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 293  | Птица запеченная (голень куриная) | 100            | 90,26  | 10,73    | 10,4    | 17,61       | 180,3                | 0,11  | 14,73 | 148           | 1,21  | 170,42 | 125,72 | 17,74 | 0,4   |
| 508  | Каша рисовая рассыпчатая          | 150            | 21,07  | 6,45     | 6,74    | 29,44       | 242,35               | 0,16  | -     | 27,0          | 0,9   | 84,08  | 101,05 | 23,13 | 1,14  |
| 685  | Чай с сахаром                     | 200            | 3,38   | 0,07     | 0,02    | 15,0        | 60,0                 | -     | 0,27  | -             | -     | 13,6   | 22,13  | 11,73 | 1,13  |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный       | 50             | 5,29   | 2,0      | 2,59    | 21,7        | 104,85               | 0,03  | -     | -             | 0,39  | 6,9    | 26,1   | 9,9   | 0,33  |
|      | итого                             | 500            | 120,00 | 19,25    | 19,75   | 83,75       | 587,5/25%            | 0,3   | 15,0  | 175           | 2,5   | 275,0  | 275    | 62,5  | 3,0   |

Завтрак 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                | Выход блюда, г | Цена   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. Ценность Ккал | В-1мг | С мг  | Арег.эк в/сут | Д мкг | Са мг  | Р мг   | Mg мг | Fe мг |
|------|-----------------------------------|----------------|--------|----------|---------|-------------|----------------------|-------|-------|---------------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 293  | Птица запеченная (голень куриная) | 100            | 90,26  | 10,73    | 10,4    | 17,61       | 180,3                | 0,11  | 17,23 | 148           | 1,21  | 170,42 | 125,72 | 17,74 | 0,4   |
| 508  | Каша рисовая рассыпчатая          | 180            | 25,28  | 8,77     | 8,84    | 31,74       | 288,25               | 0,18  | -     | 77            | 0,64  | 101,03 | 101,06 | 24,08 | 2,25  |
| 685  | Чай с сахаром                     | 200            | 3,38   | 0,07     | 0,02    | 15,0        | 60,0                 | -     | 0,27  | -             | -     | 13,6   | 22,13  | 11,73 | 1,13  |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный       | 70             | 7,64   | 2,93     | 3,74    | 31,4        | 151,45               | 0,06  | -     | -             | 0,65  | 14,95  | 50,55  | 21,45 | 0,72  |
|      | итого                             | 550            | 126,56 | 22,5     | 23,0    | 95,75       | 680,0/25%            | 0,35  | 17,5  | 225           | 2,5   | 300    | 300    | 75,0  | 4,5   |

Обед 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                 | Выход блюда, г | Цена   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. Ценность Ккал | В-1мг | С мг | Арег.эк в/сут | Д мкг | Са мг  | Р мг   | Mg мг | Fe мг |
|------|------------------------------------|----------------|--------|----------|---------|-------------|----------------------|-------|------|---------------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 46   | Салат из свежей капусты со свеклой | 60             | 9,47   | 0,58     | 3,64    | 3,65        | 42,42                | 0,02  | 6,0  | -             | 1,69  | 20,33  | 19,27  | 10,57 | 0,5   |
| 148  | Суп картофельный с лапшой с птицей | 10/200 (210)   | 30,02  | 3,55     | 2,08    | 9,5         | 86,9                 | 0,12  | 6,04 | -             | 0,2   | 91,44  | 28,0   | 2,08  | 0,28  |
| 436  | Жаркое по-домашнему                | 60/200 (260)   | 125,45 | 16,08    | 18,38   | 37,07       | 385,5                | 0,17  | 5,16 | 245           | 0,46  | 241,15 | 232,77 | 41,65 | 0,61  |
| 705  | Напиток из плодов шиповника        | 200            | 12,60  | 0,35     | -       | 20,76       | 88,2                 | 0,01  | 3,8  | -             | -     | 7,7    | 2,1    | 2,7   | 0,53  |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный        | 50             | 5,88   | 2,25     | 2,88    | 24,15       | 116,5                | 0,05  | -    | -             | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный               | 56             | 6,58   | 4,14     | 0,67    | 22,12       | 102,98               | 0,05  | -    | -             | 0,5   | 12,88  | 59,36  | 14    | 1,73  |
|      | Итого                              | 836            | 190,00 | 26,95    | 27,65   | 117,25      | 822,5/35%            | 0,42  | 21,0 | 245           | 3,5   | 385,0  | 385,0  | 87,5  | 4,2   |

Обед 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                 | Выход блюда, г | Цена   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. Ценность Ккал | В-1мг | С мг | Арег.эк в/сут | Д мкг | Са мг  | Р мг   | Mg мг | Fe мг |
|------|------------------------------------|----------------|--------|----------|---------|-------------|----------------------|-------|------|---------------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 46   | Салат из свежей капусты со свеклой | 100            | 15,79  | 0,97     | 6,07    | 6,08        | 70,7                 | 0,02  | 7,0  | -             | 1,69  | 21,33  | 22,1   | 17,6  | 0,6   |
| 148  | Суп картофельный с лапшой с птицей | 10/250 (260)   | 35,02  | 7,71     | 4,2     | 11,7        | 107,6                | 0,19  | 8,54 | -             | 0,2   | 125,44 | 60,17  | 12,55 | 2,2   |
| 436  | Жаркое по-домашнему                | 60/200 (260)   | 125,45 | 16,08    | 18,38   | 49,24       | 466,02               | 0,17  | 5,16 | 315           | 0,46  | 241,15 | 232,77 | 41,65 | 0,69  |
| 705  | Напиток из плодов шиповника        | 200            | 12,60  | 0,35     | -       | 20,76       | 88,2                 | 0,01  | 3,8  | -             | -     | 7,7    | 2,1    | 2,7   | 0,53  |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный        | 50             | 5,88   | 2,25     | 2,88    | 24,15       | 116,5                | 0,05  | -    | -             | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный               | 56             | 6,58   | 4,14     | 0,67    | 22,12       | 102,98               | 0,05  | -    | -             | 0,5   | 12,88  | 59,36  | 14    | 1,73  |
|      | Итого                              | 926            | 201,32 | 31,5     | 32,2    | 134,05      | 952,0/35%            | 0,49  | 24,5 | 315           | 3,5   | 420,0  | 420,0  | 105   | 6,3   |

Полдник 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда        | Выход блюда, г | Цена   | Белки, г | Жиры, г  | Углеводы, г | Энерг. Ценность Ккал | В-1мг | С мг | Арег.эк в/сут | Д мкг | Са мг | Р мг  | Mg мг | Fe мг |
|------|---------------------------|----------------|--------|----------|----------|-------------|----------------------|-------|------|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 406  | Пирожки печеные с яблоком | 100            | 40,00  | 7,3      | 7,5      | 9,5         | 103,2                | 0,01  | 2,0  | 70,0          | 0,8   | 24    | 98    | 6     | 0,2   |
| п/п  | Сок фруктовый             | 200            | 44,00  | -        | -        | 20,2        | 84,8                 | 0,09  | 0,6  | -             | -     | 70    | 1,0   | 10    | 0,2   |
| п/п  | Фрукты в ассортименте     | 150            | 36,00  | 0,4      | 0,4      | 3,8         | 47                   | 0,02  | 3,4  | -             | 0,2   | 16,0  | 11    | 9     | 0,8   |
|      | Итого                     | 450            | 120,00 | 7,7      | 7,9      | 33,5        | 235,0/10%            | 0,12  | 6    | 70            | 1,0   | 110   | 110   | 25,0  | 1,2   |
|      | Всего                     |                |        | 53,9/70% | 55,3/70% | 234,5/70%   | 1645,0/70%           | 0,84  | 42,0 | 490           | 7,0   | 770,0 | 770,0 | 175,0 | 8,4   |

Полдник 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда        | Выход блюда, г | Цена   | Белки, г | Жиры, г  | Углеводы, г | Энерг. Ценность Ккал | В-1мг | С мг | Арег.эк в/сут | Д мкг | Са мг | Р мг  | Mg мг | Fe мг |
|------|---------------------------|----------------|--------|----------|----------|-------------|----------------------|-------|------|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 406  | Пирожки печеные с яблоком | 100            | 40,00  | 8,6      | 8,8      | 14,3        | 140,2                | 0,03  | 3,0  | 90,0          | 0,8   | 34    | 108   | 11    | 0,8   |
| п/п  | Сок фруктовый             | 200            | 44,00  | -        | -        | 20,2        | 84,8                 | 0,09  | 0,6  | -             | -     | 70    | 1,0   | 10    | 0,2   |
| п/п  | Фрукты в ассортименте     | 150            | 36,00  | 0,4      | 0,4      | 3,8         | 47                   | 0,02  | 3,4  | -             | 0,2   | 16,0  | 11    | 9     | 0,8   |
|      | Итого                     | 450            | 120,00 | 9,0      | 9,2      | 38,3        | 272,0/10%            | 0,14  | 7    | 90            | 1,0   | 120   | 120   | 30,0  | 1,8   |
|      | Всего                     |                |        | 63,0/70% | 64,4/70% | 268,1/70%   | 1904,0/70%           | 0,98  | 49,0 | 630           | 7,0   | 840,0 | 840,0 | 210,0 | 12,6  |

Зав.производством

Бухгалтер

Свободный выбор блюд и буфетной продукции, одобрен прейскуранта

ИП ХВОСТОВА Т.В.

ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ

Согласовано

Директор школы №

6 день. Суббота 22 февраля 2025 г.

Утверждено

ИП

## МЕНЮ

## Завтрак 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                                                  | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.эк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|---------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 395  | Вареники с творогом (промышленного производства) с маслом сливочным | 150/10 (160)      | 77,84  | 16,98       | 17,03      | 45,63          | 387,3                              | 0,24      | 11,33   | 175               | 1,78     | 236,2    | 207,07  | 28,57    | 0,63     |
| 685  | Чай с сахаром                                                       | 200               | 3,38   | 0,07        | 0,02       | 15,0           | 60,0                               | -         | 0,27    | -                 | -        | 13,6     | 22,13   | 11,73    | 1,13     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                                         | 40                | 4,70   | 1,8         | 2,3        | 19,32          | 93,2                               | 0,04      | -       | -                 | 0,52     | 9,2      | 34,8    | 13,2     | 0,44     |
|      | Фрукты в ассортименте                                               | 100               | 34,08  | 0,4         | 0,4        | 3,8            | 47                                 | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                                                               | 500               | 120,00 | 19,25       | 19,75      | 83,75          | 587,5/25%                          | 0,3       | 15,0    | 175               | 2,5      | 275,0    | 275,0   | 62,5     | 3,0      |

## Завтрак 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                                                  | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.эк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|---------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 395  | Вареники с творогом (промышленного производства) с маслом сливочным | 200/10 (210)      | 98,62  | 20,23       | 20,28      | 57,63          | 479,8                              | 0,29      | 13,83   | 225               | 1,78     | 261,2    | 232,07  | 41,07    | 2,13     |
| 685  | Чай с сахаром                                                       | 200               | 3,38   | 0,07        | 0,02       | 15,0           | 60,0                               | -         | 0,27    | -                 | -        | 13,6     | 22,13   | 11,73    | 1,13     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                                         | 40                | 4,70   | 1,8         | 2,3        | 19,32          | 93,2                               | 0,04      | -       | -                 | 0,52     | 9,2      | 34,8    | 13,2     | 0,44     |
|      | Фрукты в ассортименте                                               | 100               | 34,08  | 0,4         | 0,4        | 3,8            | 47                                 | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                                                               | 550               | 140,78 | 22,5        | 23,0       | 95,75          | 680,0/25%                          | 0,35      | 17,5    | 225               | 2,5      | 300      | 300     | 75,0     | 4,5      |

## Обед 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда                           | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.эк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|----------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 18   | Салат из морской капусты                     | 60                | 14,98  | 0,79        | 1,95       | 3,88           | 44,06                              | 0,02      | 6,99    | -                 | 1,16     | 15,26    | 21,38   | 1,1      | 0,4      |
|      | Щи из свежей капусты с картофелем с говяжьей | 5/200 (205)       | 22,86  | 2,45        | 5,64       | 11,08          | 82,4                               | 0,06      | 1,8     | -                 | 0,77     | 151,35   | 85,1    | 6,23     | 0,2      |
| 379  | Поджарка рыбная                              | 90                | 76,04  | 8,14        | 6,6        | 7,45           | 154,26                             | 0,15      | 11,41   | 245               | 0,2      | 56,21    | 84,4    | 25,24    | 0,27     |
| 518  | Картофель отварной                           | 150               | 38,65  | 9,07        | 9,79       | 23,48          | 193,1                              | 0,07      | -       | -                 | 0,02     | 96,96    | 45,19   | 16,13    | 0,69     |
| 352  | Кисель из свежемороженой ягод                | 200               | 25,01  | 0,11        | 0,12       | 25,09          | 129,2                              | 0,02      | 0,8     | -                 | 0,2      | 40,84    | 46,0    | 8,3      | 0,36     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                  | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                              | 0,05      | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                             | 0,05      | -       | -                 | 0,5      | 12,88    | 59,3    | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                        | 811               | 190,00 | 26,95       | 27,65      | 117,25         | 822,5/35%                          | 0,42      | 21,0    | 245               | 3,5      | 385,0    | 385,0   | 87,5     | 4,2      |

## Обед 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда                           | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.эк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|----------------------------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| 18   | Салат из морской капусты                     | 100               | 24,96  | 1,02        | 3,2        | 4,42           | 73,4                               | 0,03      | 7,2     | -                 | 1,16     | 20,4     | 25,6    | 1,1      | 0,4      |
|      | Щи из свежей капусты с картофелем с говяжьей | 5/250 (255)       | 26,31  | 3,03        | 6,98       | 13,71          | 102,8                              | 0,07      | 5,09    | -                 | 0,77     | 167,3    | 105,4   | 7,7      | 0,3      |
| 379  | Поджарка рыбная                              | 100               | 84,49  | 8,14        | 6,6        | 7,45           | 154,26                             | 0,15      | 11,41   | 315               | 0,2      | 56,21    | 84,4    | 25,24    | 0,27     |
| 518  | Картофель отварной                           | 180               | 46,39  | 12,81       | 11,75      | 37,11          | 272,86                             | 0,12      | -       | -                 | 0,02     | 110,87   | 55,74   | 32,16    | 2,69     |
| 352  | Кисель из свежемороженой ягод                | 200               | 25,01  | 0,11        | 0,12       | 25,09          | 129,2                              | 0,02      | 0,8     | -                 | 0,2      | 40,84    | 46,0    | 8,3      | 0,36     |
| п/п  | Хлеб пшеничный йодированный                  | 50                | 5,88   | 2,25        | 2,88       | 24,15          | 116,5                              | 0,05      | -       | -                 | 0,65     | 11,5     | 43,5    | 16,5     | 0,55     |
| п/п  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 56                | 6,58   | 4,14        | 0,67       | 22,12          | 102,98                             | 0,05      | -       | -                 | 0,5      | 12,88    | 59,3    | 14       | 1,73     |
|      | Итого                                        | 941               | 219,62 | 31,5        | 32,2       | 134,05         | 952,0/35%                          | 0,49      | 24,5    | 315               | 3,5      | 420,0    | 420,0   | 105      | 6,3      |

## Полдник 7-11 лет

| № ТК | Наименование блюда        | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.эк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|---------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Сок фруктовый             | 200               | 44,00  | -           | -          | 20,2           | 84,8                               | 0,09      | 0,6     | -                 | -        | 70       | 1,0     | 10       | 0,2      |
| 406  | Пирожки печеные с печенью | 100               | 45,00  | 7,3         | 7,5        | 9,5            | 103,2                              | 0,01      | 2,0     | 70,0              | 0,8      | 24,0     | 98,0    | 6,0      | 0,2      |
|      | Фрукты в ассортименте     | 100               | 31,00  | 0,4         | 0,4        | 3,8            | 47                                 | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                     | 400               | 120,00 | 7,7         | 7,9        | 33,5           | 235,0/10%                          | 0,12      | 6       | 70,0              | 1,0      | 110      | 110     | 25,0     | 1,2      |
|      | Всего                     |                   |        | 53,9/70%    | 55,3/70%   | 234,5/70%      | 1645,0/70%                         | 0,84      | 42,0    | 490               | 7,0      | 770,0    | 770,0   | 175,0    | 8,4      |

## Полдник 12-18 лет

| № ТК | Наименование блюда        | Выход<br>блюда, г | Цена   | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | В-<br>1мг | С<br>мг | Аргет.эк<br>в/сут | Д<br>мкг | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг |
|------|---------------------------|-------------------|--------|-------------|------------|----------------|------------------------------------|-----------|---------|-------------------|----------|----------|---------|----------|----------|
| п/п  | Сок фруктовый             | 200               | 44,00  | -           | -          | 20,2           | 84,8                               | 0,09      | 0,6     | -                 | -        | 70       | 1,0     | 10       | 0,2      |
| 406  | Пирожки печеные с печенью | 100               | 45,00  | 8,6         | 8,8        | 14,3           | 140,2                              | 0,03      | 3,0     | 90,0              | 0,8      | 34,0     | 108,0   | 11,0     | 0,8      |
|      | Фрукты в ассортименте     | 100               | 31,00  | 0,4         | 0,4        | 3,8            | 47                                 | 0,02      | 3,4     | -                 | 0,2      | 16,0     | 11      | 9        | 0,8      |
|      | Итого                     | 400               | 120,00 | 9,0         | 9,2        | 38,3           | 272,0/10%                          | 0,14      | 7       | 90                | 1,0      | 120      | 120     | 30,0     | 1,8      |
|      | Всего                     |                   |        | 63,0/70%    | 64,4/70%   | 268,1/70%      | 1904,0/70%                         | 0,98      | 49,0    | 630               | 7,0      | 840,0    | 840,0   | 210,0    | 12,6     |

Зав. производством

Бухгалтер

Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

ИП ХВОСЮОВА Т.В.

ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ