



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 1

01 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА С СЫРОМ И ЯЙЦОМ" (Сыр, Яйцо, Свекла очищенная, Масло растительное)	100	2,2	4,5	5,6	71,7
БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ (Томат - паста, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250/40	9,16	6	20,8	175,32
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (Яйцо, Батон, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Сухари панировочные)	100	6,4	7,8	4,6	114,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макаронны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,6	5,06	31,65	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,1		20,16	33,92
ИЛИ ЧАЙ*					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 110	33,93	28,57	157,63	1009,38
Итого за день	1 110	33,93	28,57	157,63	1009,38

Зав. производством _____

Директор

ГБОУ СОШ № 149

Степанова Т. В.

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 2

02. 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ" (Картофель очищенный, Петрушка свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Помидоры свежие)	100	1,37	4,01	6,71	68,39
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	250/10	2,76	6,74	11,31	125,6
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (Томат - паста, Свинина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	13,4	10,3	2,1	154,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	180	4,32	5,52	12,48	116,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	10	2,3	2,97		36,33
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	16,49	66,89
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 090	32,25	36,81	116,32	935,74
Итого за день	1 090	32,25	36,81	116,32	935,74

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА

ДИРЕКТОР

ГБОУ СОШ № 140

СТЕПАНОВА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 3

03 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ <small>(Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)</small>	100	0,2	2,4	11,5	68,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ И ПШЕНИЧНЫМИ ГРЕНКАМИ <small>(Батон, Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)</small>	250/5/20	7,44	3,55	35,84	205,5
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ "ПО-СТОЛИЧНОМУ" <small>(Яйцо, Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)</small>	100	8,7	10,9	4,7	151,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)</small>	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)</small>	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА С МАКОМ (ПЕКАРНЯ)	50	3,42	2,25	17,5	65
Итого за Обед	1 095	30,01	27,79	142,16	903,05
Итого за день	1 095	30,01	27,79	142,16	903,05

Зав. производством _____

Директор

ГБОУ СОШ № 149

Степанов А. В. В.

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 4

04. 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10/5	1,98	3,46	3,11	51,35
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	100	22,4	6,8	20,4	232,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макаронны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,5	5,57	37,05	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара) (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)	200	0,22	0,22	5,22	23,78
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 085	40,08	28,47	135,51	960,77
Итого за день	1 085	40,08	28,47	135,51	960,77

Зав. производством

Директор

ГБОУ СОШ № 149

СТЕРИЛОВА Е. В.

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 5

05 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	8,6	56,8
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	3,03	79,3
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" (собственного производства) СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана, Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" (собственного производства))	280	20,84	23,16	43,68	466,6
ИЛИ РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"*					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,1		20,16	33,92
ИЛИ ЧАЙ*					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 070	33,91	36,77	150,29	1025,57
Итого за день	1 070	33,91	36,77	150,29	1025,57

Зав. производством

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА

ДИРЕКТОР

ГБОУ СОШ № 148

СТЕРИЛИЗОВАНО





ООО "Альфа-Провиант"

Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 1

08 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ СВИНИНОЙ (Свинина, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль)	250/10/5	4,25	6,63	10,38	118,6
РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С НАЧИНКОЙ ИЗ РИСА, ЯЙЦА И ЗЕЛЕНИ (Яйцо, Батон, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Молоко, Масло растительное, Рис, Соль)	100	8,1	3,32	37,88	215,67
КАПУСТА ТУШЕНАЯ "КЛАССИЧЕСКАЯ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	180	4,56	5,16	11,76	111,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	10	2,3	2,97		36,33
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА С МАКОМ (ПЕКАРНЯ)	50	3,42	2,25	17,5	65
Итого за Обед	1 095	30,16	27,74	128,28	851,45
Итого за день	1 095	30,16	27,74	128,28	851,45

Зав. производством _____

Директор

ГБОУ СОШ № 149

СТЕПАНОВА С. С.

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 3

10 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	11,5	68,4
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	3,03	79,3
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ "ПО-СТОЛИЧНОМУ" (Яйцо, Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	8,7	10,9	4,7	151,7
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное)	180	2,88	6,96	22,8	165,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,1		20,16	33,92
ИЛИ ЧАЙ*					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*	100	0,4	0,4	9,8	47
БУЛОЧКА С МАКОМ (ПЕКАРНЯ)	50	3,42	2,25	17,5	65
Итого за Обед	1 070	24,47	30,72	127,31	800,63
Итого за день	1 070	24,47	30,72	127,31	800,63

Зав. производством

* - По желанию ребенка

КОПИЯ
ВЕРНА

ДИРЕКТОР

СБОУ СОШ № 14

СТЕВАНОВА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 4

11.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,72	5,1	2,5	59
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10/5	1,98	3,46	3,11	51,35
СВИНИНА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ (Томат - паста, Свинина, Морковь очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	100	10,7	22,52	2,8	253,35
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,5	5,57	37,05	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	10	2,3	2,97		36,33
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	16,49	66,89
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 095	30,3	46,89	129,18	1059,16
Итого за день	1 095	30,3	46,89	129,18	1059,16

Зав. производством

Директор

ГБОУ СОШ № 14

Степанова А

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 5

12 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	5,2	2,5	60,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль)	250/5/5	4,02	5,21	7,82	97,1
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (Яйцо, Рыба филе с/м, Петрушка свежая, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11	4,1	3,3	94,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 080	29,87	26,2	113,44	816,45
Итого за день	1 080	29,87	26,2	113,44	816,45

Зав. производством

Директор

ГБОУ СОШ № 149

СТЕПАНОВА Е. В.

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 1

15. 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА С СЫРОМ И ЯЙЦОМ" (Сыр, Яйцо, Свекла очищенная, Масло растительное)	100	2,2	4,5	5,6	71,7
БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ (Томат - паста, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250/40	9,16	6	20,8	175,32
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (Яйцо, Батон, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Сухари панировочные)	100	6,4	7,8	4,6	114,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,6	5,06	31,65	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,1		20,16	33,92
ИЛИ ЧАЙ*					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 110	33,93	28,57	157,63	1009,38
Итого за день	1 110	33,93	28,57	157,63	1009,38

Зав. производством _____

Директор

ГБОУ СОШ № 149

СТЕРИЛИЗОВАНО

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





ООО "Альфа-Провиант"



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 2

16 " 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ" (Картофель очищенный, Петрушка свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Помидоры свежие)	100	1,37	4,01	6,71	68,39
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	250/10	2,76	6,74	11,31	125,6
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (Томат - паста, Свилина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	13,4	10,3	2,1	154,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	180	4,32	5,52	12,48	116,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	10	2,3	2,97		36,33
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	16,49	66,89
ГРУША СВЕЖАЯ ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*	100	0,4	0,3	10,3	47
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 090	32,25	36,81	116,32	935,74
Итого за день	1 090	32,25	36,81	116,32	935,74

Зав. производством

* - По желанию ребенка

Директор

ГБОУ СОШ № 148 Калининского района Санкт-Петербурга

Степанов

КОПИЯ ВЕРНА





ООО "Альфа-Провиант"



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 3

17.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	11,5	68,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ И ПШЕНИЧНЫМИ ГРЕНКАМИ (Батон, Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250/5/20	7,44	3,55	35,84	205,5
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ "ПО-СТОЛИЧНОМУ" (Яйцо, Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	8,7	10,9	4,7	151,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*	100	0,4	0,4	9,8	47
БУЛОЧКА С МАКОМ (ПЕКАРНЯ)	50	3,42	2,25	17,5	65
Итого за Обед	1 095	30,01	27,79	142,16	903,05
Итого за день	1 095	30,01	27,79	142,16	903,05

Зав. производством

Директор

ГБОУ СОШ № 141

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 4

18. 04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10/5	1,98	3,46	3,11	51,35
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	100	22,4	6,8	20,4	232,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,5	5,57	37,05	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара) (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)	200	0,22	0,22	5,22	23,78
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 085	40,08	28,47	135,51	960,77
Итого за день	1 085	40,08	28,47	135,51	960,77

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА

Директор

ГБОУ СОШ № 149

Степанова Е.В.





ООО "Альфа-Провиант"



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 5

19.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	8,6	56,8
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	3,03	79,3
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" (собственного производства) СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана, Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" (собственного производства)) ИЛИ РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"*	280	20,84	23,16	43,68	466,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок) ИЛИ ЧАЙ*	200	0,1		20,16	33,92
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*	100	0,4	0,4	9,8	47
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 070	33,91	36,77	150,29	1025,57
Итого за день	1 070	33,91	36,77	150,29	1025,57

Зав. производством

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА

Директор
ИЗООУ СОШ № 149
Степанов А



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 1

22.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ СВИНИНОЙ (Свинина, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль)	250/10/5	4,25	6,63	10,38	118,6
РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С НАЧИНКОЙ ИЗ РИСА, ЯЙЦА И ЗЕЛЕНИ (Яйцо, Батон, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Молоко, Масло растительное, Рис, Соль)	100	8,1	3,32	37,88	215,67
КАПУСТА ТУШЕНАЯ "КЛАССИЧЕСКАЯ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	180	4,56	5,16	11,76	111,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14.2008)	10	2,3	2,97		36,33
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА С МАКОМ (ПЕКАРНЯ)	50	3,42	2,25	17,5	65
Итого за Обед	1 095	30,16	27,74	128,28	851,45
Итого за день	1 095	30,16	27,74	128,28	851,45

Зав. производством

ДИРЕКТОР

ГБОУ СОШ № 149

СТЕРИЖОВА Е. В.

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





ООО "Альфа-Провиант"

Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 2

23.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	100	1,6	5,1	6,9	80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ (Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250/10	5,02	4,48	20	140,6
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (Яйцо, Батон, Свинина, Вода питьевая, Говядина, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	5,28	8,4	8,55	130,92
РИС ОТВАРНОЙ (Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,44	7,56	39,36	243,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара) (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)	200	0,22	0,22	5,22	23,78
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 080	24,54	32,98	147,26	985,85
Итого за день	1 080	24,54	32,98	147,26	985,85

Зав. производством

Директор

ГБОУ СОШ № 149

Территориальный отдел

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 3

24.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	11,5	68,4
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	3,03	79,3
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ "ПО-СТОЛИЧНОМУ" (Яйцо, Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	8,7	10,9	4,7	151,7
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное)	180	2,88	6,96	22,8	165,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,1		20,16	33,92
ИЛИ ЧАЙ*					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*	100	0,4	0,4	9,8	47
БУЛОЧКА С МАКОМ (ПЕКАРНЯ)	50	3,42	2,25	17,5	65
Итого за Обед	1 070	24,47	30,72	127,31	800,63
Итого за день	1 070	24,47	30,72	127,31	800,63

Зав. производством _____

Директор

ГБОУ СОШ № 148

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 4

25.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,72	5,1	2,5	59
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10/5	1,98	3,46	3,11	51,35
СВИНИНА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ (Томат - паста, Свинина, Морковь очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	100	10,7	22,52	2,8	253,35
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,5	5,57	37,05	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	10	2,3	2,97		36,33
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	16,49	66,89
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 095	30,3	46,89	129,18	1059,16
Итого за день	1 095	30,3	46,89	129,18	1059,16

Зав. производством

Директор

ГБОУ СОШ № 149

СТЕРИЛИЗОВАНО

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 5

26.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	5,2	2,5	60,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста бл свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль)	250/5/5	4,02	5,21	7,82	97,1
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (Яйцо, Рыба филе с/м, Петрушка свежая, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11	4,1	3,3	94,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 080	29,87	26,2	113,44	816,45
Итого за день	1 080	29,87	26,2	113,44	816,45

Зав. производством

ДИРЕКТОР

ГБОУ СОШ № 149

ТЕРАМО А

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА





Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 6

27.04 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	100	1,2	5,3	2,9	64,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	250/20	8,6	4,7	34,4	215
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (Яйцо, Морковь очищенная, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Соль)	100	9,39	6,4	26,13	199,56
КАПУСТА ТУШЕНАЯ "КЛАССИЧЕСКАЯ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	180	4,56	5,16	11,76	111,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	200	0,14	0,06	16,49	71,56
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 090	31,87	28,84	158,91	1028,77
Итого за день	1 090	31,87	28,84	158,91	1028,77

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка

КОПИЯ ВЕРНА

ДИРЕКТОР

ГБОУ СОШ № 148

ТЕРМОПА И.С.

