

## МЕНЮ (Циклическое меню)

16/12/2024 : 1 д

Наименование	выход	цена
<b>Для проживающих в интернате, с 12 лет, 1 смена</b>	<b>1шт</b>	<b>100,00</b>
<b>Огурец свежий</b> [2ккал, белки:0.2, углеводы:0.5, Ca:3.0, Mg:2.0, P:6.0, C:1.0]	20гр	<b>8-24</b>
<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b> [74ккал, белки:1.5, жиры:5.0, углеводы:6.3, Ca:30.9, Mg:13.0, P:32.5, A:8.1, C:19.5]	200/10гр	<b>14-15</b>
<b>Фрикадельки куриные</b> [201ккал, белки:17.0, жиры:11.4, углеводы:8.1, Ca:6.0, Mg:1.8, P:10.8, A:19.0]	90гр	<b>43-90</b>
<b>Каша рассыпчатая гречневая</b> [205ккал, белки:7.7, жиры:4.9, углеводы:33.2, Ca:14.7, Mg:116.1, P:173.3, Fe:3.3, A:16.3]	150гр	<b>14-61</b>
<b>Соус сметанный</b> [32ккал, белки:0.6, жиры:2.4, углеводы:2.0, Ca:11.9, Mg:1.5, P:9.5, A:12.0]	30гр	<b>3-77</b>
<b>Компот "Ассорти" из свежих ягод</b> [65ккал, углеводы:16.4]	200гр	<b>12-43</b>
<b>Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия</b> [73ккал, белки:2.3, жиры:0.3, углеводы:15.2, Ca:5.5, Mg:3.9, P:21.7]	30гр	<b>1-68</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия</b> [58ккал, белки:1.9, жиры:0.5, углеводы:7.1, Ca:7.2, Mg:6.6, P:32.6]	30гр	<b>1-22</b>
<b>Для обучающихся из многодетных семей 1,2 смена</b>	<b>1шт</b>	<b>100,00</b>
<b>Огурец свежий</b> [2ккал, белки:0.2, углеводы:0.5, Ca:3.0, Mg:2.0, P:6.0, C:1.0]	20гр	<b>8-24</b>
<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b> [74ккал, белки:1.5, жиры:5.0, углеводы:6.3, Ca:30.9, Mg:13.0, P:32.5, A:8.1, C:19.5]	200/10гр	<b>14-15</b>
<b>Фрикадельки куриные</b> [201ккал, белки:17.0, жиры:11.4, углеводы:8.1, Ca:6.0, Mg:1.8, P:10.8, A:19.0]	90гр	<b>43-90</b>
<b>Каша рассыпчатая гречневая</b> [205ккал, белки:7.7, жиры:4.9, углеводы:33.2, Ca:14.7, Mg:116.1, P:173.3, Fe:3.3, A:16.3]	150гр	<b>14-61</b>
<b>Соус сметанный</b> [32ккал, белки:0.6, жиры:2.4, углеводы:2.0, Ca:11.9, Mg:1.5, P:9.5, A:12.0]	30гр	<b>3-77</b>
<b>Компот "Ассорти" из свежих ягод</b> [65ккал, углеводы:16.4]	200гр	<b>12-43</b>
<b>Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия</b> [73ккал, белки:2.3, жиры:0.3, углеводы:15.2, Ca:5.5, Mg:3.9, P:21.7]	30гр	<b>1-68</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия</b> [58ккал, белки:1.9, жиры:0.5, углеводы:7.1, Ca:7.2, Mg:6.6, P:32.6]	30гр	<b>1-22</b>
<b>Отдельные категории, с 12 лет, 1 смена</b>	<b>1шт</b>	<b>166,00</b>
<b>Каша из хлопьев овсяных "Геркулес".</b> [345ккал, белки:10.1, жиры:13.9, углеводы:45.1, Ca:181.4, Mg:83.6, P:285.9, A:38.0]	250/10гр	<b>34-45</b>
<b>Крендель с сахаром</b> [156ккал, белки:3.1, жиры:5.2, углеводы:24.1, Ca:16.9, Mg:6.1, P:39.9, A:8.7]	50гр	<b>10-22</b>
<b>Чай с сахаром</b> [55ккал, углеводы:13.9]	200гр	<b>3-01</b>
<b>Огурец свежий</b> [5ккал, белки:0.3, углеводы:0.9, Ca:5.8, Mg:4.9, P:10.7, C:1.9]	36гр	<b>15-92</b>
<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.</b> [76ккал, белки:1.6, жиры:4.4, углеводы:7.8, Ca:31.1, Mg:16.0, P:36.1, C:26.0]	250/10гр	<b>16-49</b>
<b>Фрикадельки куриные.</b> [224ккал, белки:18.9, жиры:12.7, углеводы:9.0, Ca:6.3, Mg:2.0, P:11.9, A:21.6]	100гр	<b>48-84</b>
<b>Каша рассыпчатая гречневая.</b>	180гр	<b>17-97</b>

[246ккал,белки:8.8,жиры:6.0,углеводы:39.6,Са:19.5,Мg:138.4,Р:207.6,Fe:4.1,А:20.4]		
<b>Соус сметанный</b>	30гр	<b>3-77</b>
[32ккал,белки:0.6,жиры:2.4,углеводы:2.0,Са:11.9,Мg:1.5,Р:9.5,А:12.0]		
<b>Компот "Ассорти" из свежих ягод</b>	200гр	<b>12-43</b>
[65ккал,углеводы:16.4]		
<b>Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия</b>	30гр	<b>1-68</b>
[73ккал,белки:2.3,жиры:0.3,углеводы:15.2,Са:5.5,Мg:3.9,Р:21.7]		
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия</b>	30гр	<b>1-22</b>
[58ккал,белки:1.9,жиры:0.5,углеводы:7.1,Са:7.2,Мg:6.6,Р:32.6]		
<b>Отдельные категории, с 12 лет, 2 смена</b>	<b>1шт</b>	<b>166,00</b>
<b>Обед</b>	<b>1шт</b>	<b>110,00</b>
<b>Огурец свежий</b>	18гр	<b>7-60</b>
[2ккал,белки:0.1,углеводы:0.4,Са:3.0,Мg:2.0,Р:5.0,С:1.0]		
<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.</b>	250/10гр	<b>16-49</b>
[76ккал,белки:1.6,жиры:4.4,углеводы:7.8,Са:31.1,Мg:16.0,Р:36.1,С:26.0]		
<b>Фрикадельки куриные.</b>	100гр	<b>48-84</b>
[224ккал,белки:18.9,жиры:12.7,углеводы:9.0,Са:6.3,Мg:2.0,Р:11.9,А:21.6]		
<b>Каша рассыпчатая гречневая.</b>	180гр	<b>17-97</b>
[246ккал,белки:8.8,жиры:6.0,углеводы:39.6,Са:19.5,Мg:138.4,Р:207.6,Fe:4.1,А:20.4]		
<b>Соус сметанный</b>	30гр	<b>3-77</b>
[32ккал,белки:0.6,жиры:2.4,углеводы:2.0,Са:11.9,Мg:1.5,Р:9.5,А:12.0]		
<b>Компот "Ассорти" из свежих ягод</b>	200гр	<b>12-43</b>
[65ккал,углеводы:16.4]		
<b>Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия</b>	30гр	<b>1-68</b>
[73ккал,белки:2.3,жиры:0.3,углеводы:15.2,Са:5.5,Мg:3.9,Р:21.7]		
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия</b>	30гр	<b>1-22</b>
[58ккал,белки:1.9,жиры:0.5,углеводы:7.1,Са:7.2,Мg:6.6,Р:32.6]		
<b>Полдник</b>	<b>1шт</b>	<b>56,00</b>
<b>Чай с молоком сгущенным</b>	200гр	<b>9-41</b>
[87ккал,белки:1.4,жиры:1.6,углеводы:16.9,Са:57.7,Мg:6.0,Р:40.8,А:7.0]		
<b>Крендель с сахаром</b>	50гр	<b>10-22</b>
[156ккал,белки:3.1,жиры:5.2,углеводы:24.1,Са:16.9,Мg:6.1,Р:39.9,А:8.7]		
<b>Свежие фрукты~</b>	100гр	<b>36-37</b>
[47ккал,белки:0.4,жиры:0.4,углеводы:9.8,Са:16.0,Мg:9.0,Р:11.0,Fe:2.0,С:10.0]		

Директор  А.Е.Иванов

Заведующий производством \_\_\_\_\_

16/12/2024

