

## МЕНЮ (Циклическое меню)

19/12/2024 : 4 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> [1ккал, белки:0.1, углеводы:0.2, Са:1.0, Mg:1.0, P:3.0]	10гр	<b>2-64</b>
<b>Суп из овощей со сметаной</b> [84ккал, белки:1.6, жиры:5.3, углеводы:7.9, Са:24.7, Mg:13.6, P:37.5, А:8.5, С:13.6]	200/10гр	<b>14-17</b>
<b>Котлета рыбная.</b> [249ккал, белки:11.6, жиры:16.7, углеводы:13.3, Са:26.0, Mg:26.2, P:149.2, А:19.8]	90гр	<b>40-38</b>
<b>Пюре картофельное</b> [146ккал, белки:3.6, жиры:5.3, углеводы:20.9, Са:43.6, Mg:30.3, P:91.9, А:22.7, С:23.7]	150гр	<b>24-86</b>
<b>Соус молочный</b> [30ккал, белки:0.7, жиры:1.9, углеводы:2.5, Са:22.1, Mg:3.3, P:18.6]	30гр	<b>2-78</b>
<b>Напиток "Витошка" (витамины и кальций)</b> [67ккал, углеводы:16.9]	200гр	<b>12-27</b>
<b>Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия</b> [73ккал, белки:2.3, жиры:0.3, углеводы:15.2, Са: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, Са: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> [1ккал, белки:0.1, углеводы:0.2, Са:1.0, Mg:1.0, P:3.0]	10гр	<b>2-64</b>
<b>Суп из овощей со сметаной</b> [84ккал, белки:1.6, жиры:5.3, углеводы:7.9, Са:24.7, Mg:13.6, P:37.5, А:8.5, С:13.6]	200/10гр	<b>14-17</b>
<b>Котлета рыбная.</b> [249ккал, белки:11.6, жиры:16.7, углеводы:13.3, Са:26.0, Mg:26.2, P:149.2, А:19.8]	90гр	<b>40-38</b>
<b>Пюре картофельное</b> [146ккал, белки:3.6, жиры:5.3, углеводы:20.9, Са:43.6, Mg:30.3, P:91.9, А:22.7, С:23.7]	150гр	<b>24-86</b>
<b>Соус молочный</b> [30ккал, белки:0.7, жиры:1.9, углеводы:2.5, Са:22.1, Mg:3.3, P:18.6]	30гр	<b>2-78</b>
<b>Напиток "Витошка" (витамины и кальций)</b> [67ккал, углеводы:16.9]	200гр	<b>12-27</b>
<b>Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия</b> [73ккал, белки:2.3, жиры:0.3, углеводы:15.2, Са: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, Са: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 молочная пшеничная.</b> [358ккал, белки:10.2, жиры:12.4, углеводы:51.2, Са:165.5, Mg:63.8, P:245.9, А:37.0]	250/10гр	<b>35-97</b>
<b>Ватрушка с повидлом</b> [203ккал, белки:3.3, жиры:5.3, углеводы:36.0, Са:20.0, Mg:7.6, P:42.0, А:8.7]	75гр	<b>17-02</b>
<b>Чай с сахаром</b> [55ккал, углеводы:13.9]	200гр	<b>3-01</b>
<b>Суп из овощей со сметаной.</b>	250/10гр	<b>17-84</b>

[88ккал,белки:1.7,жиры:4.7,углеводы:9.9,Са:22.3,Мg:16.9,Р:43.6,С:18.7]		
<b>Котлета рыбная</b>	100гр	<b>44-79</b>
[275ккал,белки:12.9,жиры:18.5,углеводы:14.8,Са:30.1,Мg:29.3,Р:166.6,А:22.6]		
<b>Пюре картофельное.</b>	180гр	<b>29-42</b>
[170ккал,белки:3.7,жиры:5.6,углеводы:25.2,Са:52.4,Мg:37.2,Р:110.5,Fe:1.0,А:23.8,С:28.6]		
<b>Соус молочный</b>	30гр	<b>2-78</b>
[30ккал,белки:0.7,жиры:1.9,углеводы:2.5,Са:22.1,Мg:3.3,Р:18.6]		
<b>Напиток "Витошка" (витамины и кальций)</b>	200гр	<b>12-27</b>
[67ккал,углеводы:16.9]		
<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>Суп из овощей со сметаной.</b>	250/10гр	<b>17-84</b>
[88ккал,белки:1.7,жиры:4.7,углеводы:9.9,Са:22.3,Мg:16.9,Р:43.6,С:18.7]		
<b>Котлета рыбная</b>	100гр	<b>44-79</b>
[275ккал,белки:12.9,жиры:18.5,углеводы:14.8,Са:30.1,Мg:29.3,Р:166.6,А:22.6]		
<b>Пюре картофельное.</b>	180гр	<b>29-42</b>
[170ккал,белки:3.7,жиры:5.6,углеводы:25.2,Са:52.4,Мg:37.2,Р:110.5,Fe:1.0,А:23.8,С:28.6]		
<b>Соус молочный</b>	30гр	<b>2-78</b>
[30ккал,белки:0.7,жиры:1.9,углеводы:2.5,Са:22.1,Мg:3.3,Р:18.6]		
<b>Напиток "Витошка" (витамины и кальций)</b>	200гр	<b>12-27</b>
[67ккал,углеводы:16.9]		
<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 сахаром</b>	200гр	<b>3-01</b>
[55ккал,углеводы:13.9]		
<b>Ватрушка с повидлом</b>	75гр	<b>17-02</b>
[203ккал,белки:3.3,жиры:5.3,углеводы:36.0,Са:20.0,Мg:7.6,Р:42.0,А:8.7]		
<b>Свежие фрукты` .</b>	100гр	<b>35-97</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 \_\_\_\_\_

19/12/2024

