

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 233

Н.С. Попов

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ШКОЛА № 233

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

3.10. 2022г

7 Д

ЗАВТРАК 87-45

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	ВИТА-	ВИТА-
						МИН (МГ) РР	МИН (МГ) С
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ.	20/15	1.2	0.2	21.9	94.5		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	10.6	17.5	2	208.0		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3			55.8		2.7
БАТОН.ОБОГАЩЕН. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.4	1.4	15.6	86.3		0.1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4		1.0
Итого		14.9	19.5	49.3	489.0		3.8

ОБЕД 131-17

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	ВИТА-	ВИТА-
						МИН (МГ) РР	МИН (МГ) С
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЕЛЬДЬЮ МАСЛ. РАСТ.	60/20	3.1	3.7	5.6	69.1		2.8
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАН.И ГОВЯДИНОЙ.	200/5/10	7.0	6.4	19.0	76.8		9.0
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	80	12.6	21.7	11.1	290.0		
СОУС СМЕТАННЫЙ.	30	0.7	2.0	3.2	34.0		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ.	150	6.7	8.0	27.5	209.0		
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0.2			105.0		
ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТ.	40	3.2	1.7	20.4	92.0		0.1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТ.	25	2.4	1.4	15.6	86.3		0.1
Итого		35.9	44.9	102.4	962.2		12.0

Льготное питание для старших классов обед 218-62

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	ВИТА-	ВИТА-
						МИН (МГ) РР	МИН (МГ) С
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	4.7	19.5	7.0	224.0		
ЩИ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ.	250/5/10	5.2	1.2	11.2	107.0		
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ, СОУС СМЕТАННЫЙ	50/50	13.4	9.6	5.9	163.0		13.0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3.7	6.5	24.4	169.2		
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0.2			105.0		
ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0		0.1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.7	115.0		
Итого		33.6	40.4	89.6	975.2		13.1

Директор: *А*

Зав. Производством: *А*

Калькулятор: *А*

КОРНЕЯСЕВА С.О.