

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 233

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

ШКОЛА № 233

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

11Д

7.10. 2022г

Завтрак 87-45

| Наименование | Выход продук (г) | Белки (г) | Жиры (г) | У/в (г) | Энерг ценн. Ккал | вита | | Технологич. справочник, рецептура |
|-------------------------------------|---------------------|--------------|-------------|-------------|------------------------|-------------|---|---|
| | | | | | | мин (мг) | С | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 15/15 | 6.3 | 0.3 | .7 | 8.4 | | | 2008,3 |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5 | 5.6 | 6.9 | 24.4 | 183.0 | | | 2008,184 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/7 | 0.3 | | | 55.8 | 2.7 | | 2008,431 |
| БАНАН | 200 | 0.8 | 0.8 | 19.6 | 88.8 | | | 2008, |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 2.4 | 1.4 | 15.6 | 86.3 | 0.1 | | 2008,К/К |
| Итого | | 15.4 | 9.4 | 60.3 | 422.3 | 2.8 | | |

Обед 131-17

| Наименование | Выход продук (г) | Белки (г) | Жиры (г) | У/в (г) | Энерг ценн. Ккал | вита | | Технологич. справочник, рецептура |
|---|---------------------|--------------|-------------|--------------|------------------------|-------------|---|---|
| | | | | | | мин (мг) | С | |
| САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ ЯЙЦОМ ВАРЕНЬМ | 60/20 | 2.3 | 5.9 | 4.8 | 72.5 | 19.0 | | 2012,18/213 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 2.4 | 4.1 | 6.3 | 72.0 | 17.6 | | 2008,84 |
| ЗРАЗЫ РУБЛ. ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ | 80 | 12.7 | 5.6 | 7.7 | 169.0 | 10.9 | | 2008,317 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 150 | 3.4 | 6.7 | 11.5 | 119.0 | 11.0 | | 2008,350 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 0.5 | 0.1 | 28.1 | 116.0 | | | 2008,401 |
| ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 3.2 | 1.7 | 20.4 | 92.0 | 0.1 | | 2008,КК |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 2.4 | 1.4 | 15.6 | 86.3 | 0.1 | | 2008,К/К |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ. | 50 | 6.6 | 12.4 | 55.8 | 360.0 | | | 2008,467 |
| Итого | | 33.5 | 37.9 | 150.2 | 1086. | 58.7 | | |

Льготное питание для старших классов обед 218-62

| Наименование | Выход продук (г) | Белки (г) | Жиры (г) | У/в (г) | Энерг ценн. Ккал | вита | | Технологич. справочник, рецептура |
|--|---------------------|--------------|-------------|--------------|------------------------|-------------|---|---|
| | | | | | | мин (мг) | С | |
| САЛАТ КАРТОФ.С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛ.ГОРОШКОМ | 100 | 4.0 | 4.2 | 12.1 | 89.0 | 7.0 | | 2011,40 |
| ЩИ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФ.И СМЕТАНОЙ | 250/5 | 3.1 | 5.6 | 8.0 | 96.0 | | | 2008,84 |
| ЗРАЗЫ РУБ КУР С ОМЛЕТОМ | 100 | 14.3 | 15.2 | 32.7 | 240.5 | 3.1 | | 2008,317 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 180 | 4.2 | 8.0 | 13.8 | 142.8 | 9.0 | | 2008,350 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 0.5 | 0.1 | 28.1 | 116.0 | | | 2008,401 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 3.2 | 1.9 | 20.7 | 115.0 | | | 2008, |
| ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 3.2 | 1.7 | 20.4 | 92.0 | 0.1 | | 2008,КК |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 44.4 | 1.0 | | 2008,К/К |
| Итого | | 32.9 | 37.1 | 145.6 | 935.7 | 20.2 | | |

Директор:

Зав.Производством:

Калькулятор:

КОРНЕЯСЕВА С.С