

СОГЛАСОВАНО  
 Директор школы № 2100  
 Ф.И.О.  
 Толгаров Е.И.

УТВЕРЖДЕНО  
 Директор  
 ООО "РусСоцКапитал"  
 Юдина О.В.

**МЕНЮ**  
 Платное  
 6 октября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>Завтрак 5-11 платное</b>	
15,74	16,86	65,62	478,32	220	<b>Макароны, запеченные с сыром</b>	
					103,61 р.	
					Макароны отварные, Масло сливочное, Сыр с м.д.ж 45%	
1,2	4,7	7,7	78	100	<b>Икра из кабачков</b>	
					Икра кабачковая ДП	
0,04	0	8,12	33,28	200	<b>Чай с лимоном</b>	
					Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон	
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
					Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>Обед 1-4 платное</b>	
2,744	7,224	4,696	96,072	80	<b>Салат из отварной моркови с сыром</b>	
					163,28 р.	
					Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное	
4,94	4,36	6,16	73,2	200	<b>Борщ "Сибирский" с говядиной</b>	
					Борщ сибирский с говядиной, Сметана	
10,44	5,52	20,52	164,88	120	<b>Котлеты рыбные</b>	
					Котлеты рубленые из фарша рыбного	
3,33	13,41	22,824	225,162	180	<b>Пюре картофельное</b>	
					Пюре картофельное, Масло сливочное	
0,42	0,1	19,84	82,5	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b>	
					Изюм, Сахар-песок	
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
2,24	0,44	19,76	92,8	40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>Обед 5-11, 1 комплекс платное</b>	
3,43	9,03	5,87	120,09	100	<b>Салат из отварной моркови с сыром</b>	
					193,42 р.	
					Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное	
6,175	5,45	7,7	91,5	250	<b>Борщ "Сибирский" с говядиной</b>	
					Борщ сибирский с говядиной, Сметана	
15,66	8,28	30,78	247,32	180	<b>Котлеты рыбные</b>	
					Котлеты рубленые из фарша рыбного	
3,33	13,41	22,824	225,162	180	<b>Пюре картофельное</b>	
					Пюре картофельное, Масло сливочное	
0,42	0,1	19,84	82,5	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b>	
					Изюм, Сахар-песок	
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
3,36	0,66	29,64	139,2	60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед (учителя) 1 комплекс</b>
3,43	9,03	5,87	120,09	100	<b>96,71 р.</b>
					<b>Салат из отварной моркови с сыром</b>
					Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное
6,175	5,45	7,7	91,5	250	<b>Борщ "Сибирский" с говядиной</b>
					Борщ сибирский с говядиной, Сметана
15,66	8,28	30,78	247,32	180	<b>Котлеты рыбные</b>
					Котлеты рубленые из фарша рыбного
3,33	13,41	22,824	225,162	180	<b>Пюре картофельное</b>
					Пюре картофельное, Масло сливочное
0,42	0,1	19,84	82,5	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b>
					Изюм, Сахар-песок
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>
					Хлеб пшеничный в нарезке
3,36	0,66	29,64	139,2	60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_