

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 490

*М.В. Александрова*

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 490

МЕНЮ

17 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД

7 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87РУБ.45КОП.



Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ. . . . .	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	14.9	24.7	2.8	293.1	2008,214
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ . . . . .	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К

Итого

ОБЕД ЦЕНА 131РУБ.17КОП.

18.8 26.6 62.8 564.4

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, С СЕЛЬДЬЮ	60/20	3.1	3.7	5.6	69.1	2011,52
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ. . . . .	200/10/5	5.0	2.0	4.2	92.6	2008,85
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ . . . . . И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	80/30	13.0	22.9	13.0	310.4	2008,290
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ . . . . .	150	6.7	8.0	27.5	209.0	2008,332
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. . . . .	200	0.2	0.0	25.7	105.0	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К

Итого

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62КОП

31.2 38.3 96.4 878.1

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ. .	100	5.0	4.5	7.0	124.0	2008,48
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ. . . . .	250/10/5	5.2	1.2	11.2	107.0	2008,85
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ, СОУС СМЕТАННЫЙ	50/50	13.4	9.6	5.9	163.0	2008,256/37
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ . . . . .	180	3.7	6.5	24.4	169.2	2008,335
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. . . . .	200	0.2	0.0	25.7	105.0	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К

Итого

33.9 25.4 115.4 875.2  
83.9 90.3 274.6 2317.

Директор столовой

*[Signature]*

Зав. производством

*[Signature]*

Калькулятор

*[Signature]*

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 490



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 490



МЕНЮ  
18 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД

8 ДЕНЬ  
ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 РУБ.45КОП.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД ЗАКРЫТЫЙ С СЫРОМ. . . . .	60	6.8	14.4	14.8	216	2008,9
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	155	5.6	6.4	24.8	179.0	2008,189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.0	2008,432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.0	2008,к/к

Итого 16.7 23.3 82.5 610.4

ОБЕД 131РУБ.17 КОП.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ. . . . .	60	2.3	4.9	4.5	70.8	2008,56
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ . . .	200/5	2.6	4.1	8.4	80.8	2008,95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ . . . . .	230	12.7	11.7	41.9	299.0	2012,304
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ. . . . .	200	1.0	0.1	34.2	142.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ . . . . .	60	3.9	4.8	33.5	194.0	2008,473

Итого 27.7 28.5 155.9 949.0

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62 КОП.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ. . . . .	100	3.8	8.1	7.5	118.0	2008,56
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ . . . . .	250/5	1.4	1.2	10.4	99.0	2008,95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ. . . . .	250	13.8	12.7	45.5	325	2012,304
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ. . . . .	200	1.0	0.1	34.2	142.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,к/к
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,к/к

Итого 26.8 26.1 148.6 935.4

71.2 77.9 387.0 2494.

Директор столовой

*[Signature]*

Зав. производством

*[Signature]*

Калькулятор

*[Signature]*

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 490

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 490

МЕНЮ  
19 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД  
9 ДЕНЬ

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87руб.45 КОП.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ. . . . .	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4.7	7.5	20.1	168.0	2008,190
КАКАО С МОЛОКОМ . . . . .	200	2.9	2.5	24.8	134.0	2008,433
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
БАНАН СВЕЖИЙ	200	3.0	1.0	27.7	192.0	2008,К/К

Итого

13.8 12.4 107.6 658.9

ОБЕД 131 руб.17 КОП.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ ,МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0.8	4.8	5.1	66.5	2011,37
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6.4	5.5	12.5	132.6	2008,79
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	90/5	15.1	5.8	0.3	67.0	2012,245
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ . . . . .	150	2.9	4.7	23.5	148	2008,333
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .	200	0.6	0.1	31.7	131.0	2008,402
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ . . . . .	30	2.3	3.1	22.4	125.1	2008,К/К
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К

Итого

33.3 26.9 128.9 832.6

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62 КОП.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ , МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1.3	7.9	8.5	110.8	2011,37
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	8.0	6.9	15.6	165.7	2008,79
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ. . . . .	100	14.5	8.9	26.3	261.9	2010,249
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	0.5	7.6	31.2	113.0	2008,333
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .	200	0.6	0.1	31.7	131.0	2008,402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	20	1.6	0.9	10.4	57.5	2008,К/К

Итого

29.7 34.0 144.1 932.0  
76.8 73.3 380.6 2423.

Директор столовой № \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 490

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 490

М Е Н Ю  
20 ОКТЯБРЯ 2022ГОД

10 ДЕНЬ

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 87-45



Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ. . . . .	25	1.1	8.4	7.5	110.0	2008,1
КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ	150	5.0	7.3	28.1	199.2	2008,187
ЧАЙ С САХАРОМ . . . . .	200	0.2	0.1	15.0	60.0	2008,430
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ_ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К

Итого 8.7 17.4 73.4 484.0  
ОБЕД ЦЕНА 131-17

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ "СВЕКОЛКА". . . . .	60	4.8	6.1	9.1	110.4	2008,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	5.1	3.6	14.9	112.8	2008,99
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ . . . . . И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	80/30	13.0	22.9	13.0	310.4	301/371
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	191.0	2008,331
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	26.8	108.0	2008,439
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К

Итого 33.7 40.3 128.5 995.0  
Льготное питание для старших классов обед 218 руб.62 ко

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ "СВЕКОЛКА" . . . . .	100	8.0	10.1	15.2	184.0	2008,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	250	6.4	4.5	18.6	141.0	2008,99
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС СМЕТАННЫЙ	100	9.7	7.4	21.1	119.9	2008,283
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ . . . . .	180	5.5	8.7	17.7	206.0	2008,323
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	26.4	108.0	2008,439
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К

Итого 36.1 34.3 140.2 965.9  
78.5 92.0 342.1 2445.

Директор столовой №

Зав. производством

Калькулятор

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 490



*И.В. Александрова*  
АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 490

МЕНЮ  
21 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД  
11 ДЕНЬ



ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ. . . . .	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	2008,03
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧН	155	5.6	6.9	24.4	183.0	2008,189
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ . . . . .	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
БАНАН СВЕЖИЙ	200	3.0	1.0	27.7	192.0	2008,к/к

Итого 15.4 13.7 87.7 595.5

ОБЕД 131-17

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	60/20	2.3	5.9	4.8	72.56	2012,18/213
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. . .	200/5	2.5	4.5	6.4	76.8	2008,84
ЗРАЗЫ РУБЛЕН. ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И И ОВОЩАМИ	90	14.2	10.8	8.6	190.0	2008,317
РАГУ ОВОЩНОЕ. . . . .	150	3.4	6.7	13.1	128.0	2008,351
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .	200	0.5	0.1	28.1	116.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. . .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ . . . . .	50	3.3	6.2	27.9	180.0	2008,467

Итого 31.4 37.1 122.3 925.8

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218руб.62 КОП

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	4.0	4.2	12.1	89.0	2011,40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. . .	250/5	3.1	5.6	8.0	96.0	2008,84
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ. . .	100	14.3	15.2	32.7	240.5	2008,317
РАГУ ОВОЩНОЕ . . . . .	180	4.2	8.0	13.8	142.8	2008,350
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .	200	0.5	0.1	28.1	116.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,к/к
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,к/к

Итого 32.9 37.1 145.7 935.7

79.7 87.9 355.7 2457.

Директор столовой №                     

Зав. производством                     

Калькулятор

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 490

490

*М.В. Александрова*

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 490

МЕНЮ  
22 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД

12 ДЕНЬ

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 руб.45 коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ. . . . .	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008, 2
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕН.МОЛОКОМ	150/30	18.4	14.1	31.9	278.8	2012, 231
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК . . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.0	2008, 432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008, К/К
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.0	2008, К/К

Итого

23.9 16.8 96.8 588.7

ОБЕД 131 руб.17 коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ . . . . .	60	1.0	3.1	4.6	49.8	2008, 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ . . . . .	200	3.0	2.2	15.7	95.2	2008, 98
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ . . . . .	80/30	7.8	16.7	10.6	181.0	12Г, 286/356
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.0	2008, 323
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .	200	0.5	0.1	34.0	141.0	2008, 399
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008, К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008, К/К

Итого

21.1 29.6 136.0 835.4

Льготное питание для старших классов обед 218 руб.62 коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ. С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0.5	4.9	7.4	77.0	2013, 37
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, ГОВЯДИНОЙ	250/10	6.2	4.5	19.6	155.4	2008, 98
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ . . . . .	100	11.7	11.9	3.1	214.3	2008, 259
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ . . . . .	180	6.6	5.8	37.6	209.2	2008, 331
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) . . . . .	200	1.0	0.2	19.2	92.0	2008, 432
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008, К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008, К/К

Итого

32.4 30.9 128.1 954.9  
77.4 77.3 360.9 2379.

Директор столовой № *[подпись]*

Зав. производством *[подпись]*

Калькулятор *[подпись]*

