

МЕНЮ на 11.10.2023 г.

Комплекс/Группа блюд	Выход	Цена	Калорийность
Комплекс "Гимназический"			
Ассорти из свежих овощей 100	100		
Картофельное пюре 180	180		162,23
Компот из сухофруктов 200	200		110,00
Рыба тушёная с овощами(минтай) 100	100		103,90
Хлеб пшеничный 45	45		105,80
Хлеб ржаной 25	25		58,00
Итого:		110,00	539,93
Комплекс "Старшеклассник 4"			
Каша гречневая рассыпчатая 200	200		336,95
Колбаса, запеченная в тесте 100	100		267,55
Курица запечённая с сыром (окорочка) 105	105		269,22
Хлеб пшеничный 30	30		70,50
Чай с сахаром 200	200		54,48
Итого:		120,00	998,70
Начальная школа - Завтрак			
Ассорти из свежих овощей 60	60		
Картофельное пюре 150	150		135,04
Компот из сухофруктов 200	200		110,00
Рыба тушёная с овощами(минтай) 90	90		93,51
Хлеб пшеничный 35	35		82,25
Хлеб ржаной 20	20		46,40
Итого:			467,20
Начальная школа - Обед			
Каша гречневая рассыпчатая 150	150		253,09
Курица запеч. с соусом и зеленью(окорочка)90	90		278,75
Помидоры свежие 60	60		14,40
Сок фруктовый 200	200		76,00
Уха с рыбой (минтай)200	200		97,40
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Хлеб ржаной 20	20		46,40
Итого:			813,04
Свободный выбор			
Супы			
Борщ с картофелем 250	250	7,00	
Говядина отварная 10	10	12,00	
Зелень 2	2	1,00	
Сметана 10	10	4,00	
Напитки			
Компот из кураги 200	200	9,00	96,00
Сок фруктовый 200	200	25,00	76,00
Чай с сахаром 200	200	3,00	54,48
Чай с сахаром, лимоном 200/7	200/7	5,00	56,93
Хлеб			
Хлеб пшеничный 30	30	3,00	70,50
Хлеб ржаной 30	30	4,00	69,60
Гарниры			
Капуста тушеная 150	150	11,00	148,90
Картофельное пюре 200	200	17,00	180,20
Рис отварной 150	150	17,00	219,00
Молочные блюда			
Сырники "Золотой ключик" 100	100	54,00	
Салаты			
Салат из фасоли (консервир) 100	100	33,00	255,46
Вторые блюда			
Бефстроганов 50/50	50/50	69,00	260,00
Курица запечённая(окорочка) 100	100	72,00	255,30
Форель в томате с овощами 50/50	50/50	123,00	
Шницель н/р говядина 100	100	86,00	331,00
Соуса			
Молоко сгущенное 50	50	20,00	

МБУ "Комбинат питания"
г. Новокузнецк

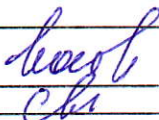
Утверждаю:
И.О. директора МБОУ "СОШ №107"
Н. Боженкова



МЕНЮ
на 11.10.2023 г.

Комплекс/Группа блюд	Выход	Цена	Калорийность
Льготный комплекс 2			
Картофельное пюре 100	100		89,96
Компот из кураги 200	200		96,00
Курица запечённая(окорочка) 60	60		153,18
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Итого:		50,00	386,14
Льготный комплекс 3			
Картофельное пюре 100	100		89,96
Колбаса запеченная 100	100		288,70
Компот из кураги 200	200		96,00
Компот "Солнечный" 200	200		86,00
Курица запечённая(окорочка) 60	60		153,18
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Щи вегетарианские со сметаной 200	200		84,80
Итого:		110,00	845,64
Льготный комплекс 4			
Картофельное пюре 150	150		135,04
Компот из кураги 200	200		96,00
Курица запеченная с сыром (окорочка) 95	95		243,58
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Итого:		75,00	521,62

Зав. производством
Отв. за питание



/Н.Н. Батова
/С.Н. Кузьминых