

**МЕНЮ**  
на 19.01.2024 г.

Комплекс/Группа блюд	Выход	Цена	Калорийность
<b>Комплекс "Гимназический"</b>			
Батон 35	35		88,27
Груша 150	150		54,90
Омлет натуральный 200	200		293,60
Сок фруктовый 200	200		76,00
<b>Итого:</b>		<b>120,00</b>	<b>512,77</b>
<b>Комплекс "Старшеклассник 4"</b>			
Картофель отварной 200	200		180,81
Колбаса, запеченная в тесте 100	100		267,55
Мясо тушеное (говядина) 100	100		
Хлеб пшеничный 30	30		72,00
Чай с сахаром 200	200		54,48
<b>Итого:</b>		<b>133,00</b>	<b>574,84</b>
<b>Начальная школа - Завтрак</b>			
Батон 35	35		88,27
Омлет натуральный 150	150		220,20
Сок фруктовый 200	200		76,00
Яблоко 200	200		
<b>Итого:</b>			<b>384,47</b>
<b>Начальная школа - Обед</b>			
Зразы мясные ленивые (гов, птица), 90	90		280,49
Картофель (п/ф) отварной с зеленью, 150	150		151,35
Суп (п/ф) куриный с булгуром, помидорами и болгар. перцем 200	200		139,80
Хлеб пшеничный 30	30		72,00
Хлеб ржаной 30	30		54,39
Чай с сахаром 200	200		54,48
<b>Итого:</b>			<b>752,51</b>
<b>Свободный выбор</b>			
<b>Супы</b>			
Суп куриный с булгуром, помидорами и болгар. перцем 250	250	57,00	174,80
<b>Напитки</b>			
Компот "Солнечный" 200	200	12,00	86,00
Сок фруктовый 200	200	25,00	76,00
Чай с сахаром 200	200	3,00	54,48
<b>Выпечка</b>			
Пирожок с мясом птицы и луком 60	60	50,00	
<b>Хлеб</b>			
Хлеб пшеничный 30	30	4,00	72,00
Хлеб ржаной 30	30	5,00	54,39
<b>Гарниры</b>			
Капуста тушеная 150	150	12,00	148,90
Картофель запеченный (слайс) 150	150	52,00	167,07
<b>Молочные блюда</b>			
Омлет с маслом 105/5	105/5	56,00	
Сырники "Золотой ключик" 100	100	56,00	
<b>Салаты</b>			
Салат из белокочанной и морской капусты 100	100	14,00	
<b>Вторые блюда</b>			
Голубцы ленивые с томатным соусом 120/50	120/50	61,00	207,95
Горбуша зап. с сыром сметаной 100	100	121,00	217,20
Гуляш из говядины 50/50	50/50	83,00	210,45
Котлета из птицы "Золотой гребешок" 100	100	122,00	374,60
<b>Соуса</b>			
Молоко сгущенное 50	50	20,00	

**МЕНЮ**  
на 19.01.2024 г.

Комплекс/Группа блюд	Выход	Цена	Калорийность
<b>Льгота 1/полдник</b>			
"Задавака" (макароны зап.с сыром) 150	150		237,00
Сок фруктовый 200	200		76,00
Хлеб пшеничный 20	20		48,00
<b>Итого:</b>		<b>40,00</b>	<b>361,00</b>
<b>Льготный комплекс 2</b>			
Голубцы ленивые с томатным соусом 90/30	90/30		143,10
Картофель отварной 100	100		90,43
Отвар из шиповника 200	200		101,20
Хлеб пшеничный 20	20		48,00
<b>Итого:</b>		<b>50,00</b>	<b>382,73</b>
<b>Льготный комплекс 3</b>			
Голубцы ленивые с томатным соусом 90/30	90/30		143,10
Картофель отварной 100	100		90,43
Колбаса, запеченная в тесте 100	100		267,55
Отвар из шиповника 200	200		101,20
Сок фруктовый 200	200		76,00
Суп куриный с булгуром,помидорами и болг.перцем 200	200		139,80
Хлеб пшеничный 20	20		48,00
<b>Итого:</b>		<b>110,00</b>	<b>866,08</b>
<b>Льготный комплекс 4</b>			
Голубцы ленивые с томатным соусом 90/30	90/30		143,10
Картофель отварной 100	100		90,43
Отвар из шиповника 200	200		101,20
Хлеб пшеничный 20	20		48,00
<b>Итого:</b>		<b>75,00</b>	<b>382,73</b>
<b>Льготный комплекс 5</b>			
Голубцы ленивые с томатным соусом 90/30	90/30		143,10
Картофель отварной 100	100		90,43
Омлет с маслом 105/5	105/5		
Суп куриный с булгуром,помидорами и болг.перцем 200	200		139,80
Хлеб пшеничный 20	20		48,00
Чай с сахаром 200	200		54,48
Чай с шиповником (15) 200	200		78,60
<b>Итого:</b>		<b>150,00</b>	<b>554,41</b>
<b>Льготный комплекс 6</b>			
Голубцы ленивые с томатным соусом 90/30	90/30		143,10
Картофель отварной 100	100		90,43
Отвар из шиповника 200	200		101,20
Хлеб пшеничный 20	20		48,00
<b>Итого:</b>		<b>75,00</b>	<b>382,73</b>

Зав. производством  
Отв. за питание

\_\_\_\_\_

/Н.Н. Батова  
/С.Н. Кузьминых