

МЕНЮ на 07.11.2023 г.

| Комплекс/Группа блюд                              | Выход | Цена          | Калорийность  |
|---|-------|---------------|---------------|
| <b>Комплекс "Гимназический"</b>                   |       |               |               |
| Каша гречневая вязкая 180                         | 180   |               | 161,10        |
| Кисель витаминизированный 200                     | 200   |               | 81,60         |
| Курица запеч. с соусом и зеленью(окорочка) 100    | 100   |               | 309,72        |
| Хлеб пшеничный 20                                 | 20    |               | 48,00         |
| Хлеб ржаной 20                                    | 20    |               | 36,26         |
| Яблоко 150  | 150   |               | 70,50         |
| <b>Итого:</b>                                     |       | <b>120,00</b> | <b>707,18</b> |
| <b>Комплекс "Старшеклассник 4"</b>                |       |               |               |
| Котлета н/р из птицы 90                           | 90    |               | 296,40        |
| Спагетти отварные 200                             | 200   |               | 263,60        |
| Хлеб пшеничный 30                                 | 30    |               | 72,00         |
| Чай с сахаром 200                                 | 200   |               | 54,48         |
| <b>Итого:</b>                                     |       | <b>133,00</b> | <b>686,48</b> |
| <b>Начальная школа - Завтрак</b>                  |       |               |               |
| Батон 20  | 20    |               | 50,44         |
| Каша гречневая вязкая 150                         | 150   |               | 128,72        |
| Коктейль молочный 200                             | 200   |               | 142,00        |
| Компот из сухофруктов 200                         | 200   |               | 110,00        |
| Курица запеч. с соусом и зеленью(окорочка)90      | 90    |               | 278,75        |
| Хлеб ржаной 20                                    | 20    |               | 36,26         |
| Яблоко 180  | 180   |               |               |
| <b>Итого:</b>                                     |       |               | <b>746,17</b> |
| <b>Начальная школа - Обед</b>                     |       |               |               |
| Коктейль молочный 200                             | 200   |               | 142,00        |
| Компот из сухофруктов 200                         | 200   |               | 110,00        |
| Макароны отварные 150                             | 150   |               | 197,67        |
| Печень гов.по-строгановски 90                     | 90    |               | 179,49        |
| Хлеб пшеничный 40                                 | 40    |               | 96,00         |
| Хлеб ржаной 30                                    | 30    |               | 54,39         |
| Щи вегетарианские со сметаной 200                 | 200   |               | 84,80         |
| Яблоко 180  | 180   |               |               |
| <b>Итого:</b>                                     |       |               | <b>864,35</b> |
| <b>Свободный выбор</b>                            |       |               |               |
| <b>Супы</b>                                       |       |               |               |
| Говядина отварная 10                              | 10    | 12,00         |               |
| Зелень 2  | 2     | 1,00          |               |
| Сметана 10  | 10    | 4,00          |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем 250             | 250   | 7,00          |               |
| <b>Напитки</b>                                    |       |               |               |
| Компот из сухофруктов 200                         | 200   | 6,00          | 110,00        |
| Сок фруктовый 200                                 | 200   | 25,00         | 76,00         |
| Чай с сахаром 200                                 | 200   | 3,00          | 54,48         |
| <b>Выпечка</b>                                    |       |               |               |
| Булочка "Выборгская" с повидлом 100               | 100   | 17,00         | 299,38        |
| Кекс творожный 75                                 | 75    | 35,00         |               |
| <b>Хлеб</b>                                       |       |               |               |
| Хлеб пшеничный 30                                 | 30    | 3,00          | 72,00         |
| Хлеб ржаной 30                                    | 30    | 4,00          | 54,39         |
| <b>Гарниры</b>                                    |       |               |               |
| Капуста тушеная 150                               | 150   | 12,00         | 148,90        |
| Картофель запеченный 180                          | 180   | 11,00         | 147,42        |
| <b>Молочные блюда</b>                             |       |               |               |
| Каша молочная рисовая 200                         | 200   | 25,00         | 197,13        |
| Сырники "Золотой ключик" 100                      | 100   | 55,00         |               |
| <b>Салаты</b>                                     |       |               |               |
| Салат Клюковка" 100                               | 100   | 45,00         | 85,92         |
| <b>Вторые блюда</b>                               |       |               |               |
| Горбуша туш. в томате с овощами "Дары моря" 70/70 | 70/70 | 95,00         | 214,50        |
| Котлета н/р из птицы 90                           | 90    | 119,00        | 296,40        |
| Поджарка из свинины 90                            | 90    | 98,00         | 390,95        |
| <b>Соуса</b>                                      |       |               |               |
| Молоко сгущенное 50                               | 50    | 20,00         |               |

*Андрей*

МБУ "Комбинат питания"  
г. Новокузнецк

Утверждаю:  
И.о. директора МБОУ "СОШ №107"  
Т.И. Кулагина



МЕНЮ  
на 07.11.2023 г.

| Комплекс/Группа блюд                    | Выход     | Цена          | Калорийность  |
|---|-----------|---------------|---------------|
| <b>Льгота 1/полдник</b>                 |           |               |               |
| Компот из кураги 200                    | 200       |               | 96,00         |
| Сосиска отварная 100                    | 100       |               | 232,07        |
| <b>Итого:</b>                           |           | <b>40,00</b>  | <b>328,07</b> |
| <b>Льготный комплекс 2</b>              |           |               |               |
| Котлета Нежность" (говядина)60          | 60        |               | 120,35        |
| Спагетти отварные 100                   | 100       |               | 131,61        |
| Хлеб пшеничный 20                       | 20        |               | 48,00         |
| Чай с сахаром 200                       | 200       |               | 54,48         |
| <b>Итого:</b>                           |           | <b>50,00</b>  | <b>354,44</b> |
| <b>Льготный комплекс 3</b>              |           |               |               |
| Каша молочная рисовая 200               | 200       |               | 197,13        |
| Котлета Нежность" (говядина)60          | 60        |               | 120,35        |
| Напиток из шиповника 200                | 200       |               | 136,60        |
| Свекольник с мясом, сметаной, 200/10/10 | 200/10/10 |               | 128,68        |
| Спагетти отварные 100                   | 100       |               | 131,61        |
| Хлеб пшеничный 20                       | 20        |               | 48,00         |
| Чай с сахаром 200                       | 200       |               | 54,48         |
| <b>Итого:</b>                           |           | <b>110,00</b> | <b>816,85</b> |
| <b>Льготный комплекс 4</b>              |           |               |               |
| Котлета "Лукоморье", 90                 | 90        |               | 211,77        |
| Спагетти отварные 150                   | 150       |               | 197,84        |
| Хлеб пшеничный 20                       | 20        |               | 48,00         |
| Чай с сахаром 200                       | 200       |               | 54,48         |
| <b>Итого:</b>                           |           | <b>75,00</b>  | <b>512,09</b> |

Зав. производством  
Отв. за питание

*Handwritten signature*

/Н.Н. Батова  
/С.Н. Кузьминых