

**МЕНЮ**  
на 03.10.2023г.



| Комплекс/Группа блюд                               | Выход     | Цена          | Калорийность  |
|--|-----------|---------------|---------------|
| <b>Комплекс "Гимназический"</b>                    |           |               |               |
| Батон 30   | 30        |               | 75,66         |
| Запеканка куриная (филе кур) под сырной шапкой 100 | 100       |               | 304,45        |
| Каша гречневая рассыпчатая 180                     | 180       |               | 303,07        |
| Напиток витаминизированный 200                     | 200       |               | 72,40         |
| Сыр сливочный в инд/упаковке 17,5                  | 17,5      |               | 49,98         |
| Хлеб ржаной 25                                     | 25        |               | 58,00         |
| <b>Итого:</b>                                      |           | <b>110,00</b> | <b>863,56</b> |
| <b>Комплекс "Старшеклассник 4"</b>                 |           |               |               |
| Макароны отварные 200                              | 200       |               | 282,00        |
| Соус томатный 30                                   | 30        |               |               |
| Тефтели (1 вариант) соус том. 100/50               | 100/50    |               | 277,30        |
| Хачапури "Микс" 75                                 | 75        |               | 193,00        |
| Хлеб пшеничный 30                                  | 30        |               | 70,50         |
| Чай с сахаром, лимоном 200/7                       | 200/7     |               | 56,93         |
| <b>Итого:</b>                                      |           | <b>120,00</b> | <b>879,73</b> |
| <b>Начальная школа - Завтрак</b>                   |           |               |               |
| Батон 25   | 25        |               | 63,05         |
| Запеканка куриная (филе кур) под сырной шапкой 90  | 90        |               | 274,00        |
| Каша гречневая вязкая 150                          | 150       |               | 134,25        |
| Напиток витаминизированный 200                     | 200       |               | 72,40         |
| Сыр сливочный в инд/упаковке 17,5                  | 17,5      |               | 49,98         |
| Хлеб ржаной 20                                     | 20        |               | 46,40         |
| <b>Итого:</b>                                      |           |               | <b>640,08</b> |
| <b>Начальная школа - Обед</b>                      |           |               |               |
| Компот из свежих яблок с лимоном 200               | 200       |               | 100,61        |
| Огурец свежий 60                                   | 60        |               | 8,40          |
| Свекольник с мясом, сметаной, 200/10/10            | 200/10/10 |               | 128,68        |
| Спагетти отварные 150                              | 150       |               | 211,50        |
| Филе птицы в кисло-сладком соусе 90                | 90        |               | 222,27        |
| Хлеб пшеничный 30                                  | 30        |               | 70,50         |
| Хлеб ржаной 20                                     | 20        |               | 46,40         |
| <b>Итого:</b>                                      |           |               | <b>788,36</b> |
| <b>Свободный выбор</b>                             |           |               |               |
| <b>Супы</b>  |           |               |               |
| Зелень 2   | 2         | 1,00          |               |
| Сметана 10   | 10        | 4,00          |               |
| Солянка сборная мясная (колбаса п/к) 250           | 250       | 32,00         |               |
| <b>Напитки</b>                                     |           |               |               |
| Компот из сухофруктов 200                          | 200       | 6,00          | 110,00        |
| Сок фруктовый т/п 0,2 200                          | 200       | 35,00         | 76,00         |
| Чай с сахаром 200                                  | 200       | 3,00          | 54,48         |
| Чай с сахаром, лимоном 200/7                       | 200/7     | 5,00          | 56,93         |
| <b>Хлеб</b>  |           |               |               |
| Хлеб пшеничный 30                                  | 30        | 3,00          | 70,50         |
| Хлеб ржаной 30                                     | 30        | 4,00          | 69,60         |
| <b>Гарниры</b>                                     |           |               |               |
| Каша гречневая рассыпчатая 180                     | 180       | 15,00         | 303,07        |
| Макароны отварные 150                              | 150       | 12,00         | 211,50        |
| <b>Салаты</b>                                      |           |               |               |
| Винегрет "Светофор" 100                            | 100       | 11,00         |               |
| <b>Вторые блюда</b>                                |           |               |               |
| Горбуша в яйце запеченная 100                      | 100       | 90,00         | 244,40        |
| Котлета полтавская (говядина, свин) 100            | 100       | 86,00         | 320,99        |
| Поджарка из свинины 90                             | 90        | 58,00         | 390,95        |
| Филе куриное в яйце 100                            | 100       | 82,00         | 306,00        |

Зав. производством  
Отв. за питание

*Handwritten signature*

/Н.Н. Батова  
/С.Н. Кузьминых

МБУ "Комбинат питания"  
г. Новокузнецк

Утверждаю:  
Директор МБОУ "СОШ №107"  
Н.И. Ушенина

МЕНЮ  
на 03.10.2023 г.



| Комплекс/Группа блюд                           | Выход  | Цена          | Калорийность  |
|--|--------|---------------|---------------|
| <b>Льготный комплекс 2</b>                     |        |               |               |
| Компот из сухофруктов 200                      | 200    |               | 110,00        |
| Макароны отварные 100                          | 100    |               | 141,00        |
| Тефтели из говядины с рисом соус см/том. 60/30 | 60/30  |               | 164,35        |
| Хлеб пшеничный 20                              | 20     |               | 47,00         |
| <b>Итого:</b>                                  |        | <b>50,00</b>  | <b>462,35</b> |
| <b>Льготный комплекс 3</b>                     |        |               |               |
| Булочка " Ажурная " 75                         | 75     |               | 243,30        |
| Компот из сухофруктов 200                      | 200    |               | 110,00        |
| Макароны отварные 100                          | 100    |               | 141,00        |
| Сок фруктовый т/п 0,2 200                      | 200    |               | 76,00         |
| Суп с рыбными консервами и рисом 200           | 200    |               |               |
| Тефтели из говядины с рисом соус см/том. 60/30 | 60/30  |               | 164,35        |
| Хлеб пшеничный 20                              | 20     |               | 47,00         |
| <b>Итого:</b>                                  |        | <b>110,00</b> | <b>781,65</b> |
| <b>Льготный комплекс 4</b>                     |        |               |               |
| Компот из сухофруктов 200                      | 200    |               | 110,00        |
| Макароны отварные 150                          | 150    |               | 211,50        |
| Тефтели из говядины с рисом соус см/том.100/50 | 100/50 |               | 284,58        |
| Хлеб пшеничный 20                              | 20     |               | 47,00         |
| <b>Итого:</b>                                  |        | <b>75,00</b>  | <b>653,08</b> |

Зав. производством  
Отв. за питание

*Кузьминых*  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Н.Н. Батова  
/С.Н. Кузьминых