

МЕНЮ на 10.10.2023 г.

Комплекс/Группа блюд	Выход	Цена	Калорийность
Комплекс "Гимназический"			
Батон 30	30		75,66
Каша гречневая рассыпчатая 180	180		303,07
Кисель витаминизированный 200	200		81,60
Филе птицы тушеное в сливочном соусе 100	100		225,77
Хлеб ржаной 20	20		46,40
Яблоко 150	150		70,50
Итого:		110,00	803,00
Комплекс "Старшеклассник 4"			
Котлета "Лукоморье", 100	100		
Рис отварной 200	200		292,00
Хачапури "Имеритинские" 75	75		209,80
Хлеб пшеничный 30	30		70,50
Чай с сахаром 200	200		54,48
Итого:		120,00	626,78
Начальная школа - Завтрак			
Батон 20	20		50,44
Каша гречневая рассыпчатая 150	150		253,09
Кисель витаминизированный 200	200		81,60
Филе птицы тушеное в сливочном соусе 90	90		203,20
Хлеб ржаной 20	20		46,40
Яблоко 100	100		38,00
Итого:			672,73
Начальная школа - Обед			
Горошек консервированный,60	60		24,60
Запеканка из печени гов.со сливочным соусом 90	90		119,43
Кисель витаминизированный 200	200		81,60
Макароны отварные 150	150		211,50
Хлеб пшеничный 45	45		105,80
Хлеб ржаной 40	40		79,20
Щи вегетарианские со сметаной 200	200		84,80
Итого:			706,93
Свободный выбор			
Супы			
Говядина отварная 10	10	12,00	
Зелень 2	2	1,00	
Суп картофельный с фасолью 250	250	12,00	
Напитки			
Напиток из клубники 200	200	11,00	104,50
Сок фруктовый т/п 0,2 200	200	35,00	76,00
Чай с сахаром и лимоном пакет 200/7	200/7	6,00	61,62
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
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	12,00	253,09
Рис отварной 150	150	17,00	219,00
Молочные блюда			
Сырники "Золотой ключик" 100	100	54,00	
Кондитерские изделия			
Гематоген "Бонди", 1/40	1/40	22,00	
Салаты			
Винегрет "Светофор" 100	100	11,00	
Вторые блюда			
Бифштекс Домашний(гов) 100	100	91,00	301,07
Котлета из птицы " Золотой гребешок " 100	100	101,00	374,60
Поджарка из говядины 65	65	64,00	202,26
Форель запеченная в яйце 80	80	168,00	
Соуса			
Молоко сгущенное 50	50	20,00	

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 10.10.2023 г.



Комплекс/Группа блюд	Выход	Цена	Калорийность
Льготный комплекс 2			
Котлета Нежность" (говядина)60	60		120,35
Рис отварной 100	100		146,00
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Чай с сахаром 200	200		54,48
Итого:		50,00	367,83
Льготный комплекс 3			
Компот из изюма 200	200		86,70
Котлета Нежность" (говядина)60	60		120,35
Рис отварной 100	100		146,00
Уха с рыбой (минтай)200	200		97,40
Хачапури "Имеритинские" 75	75		209,80
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Чай с сахаром 200	200		54,48
Итого:		110,00	761,73
Льготный комплекс 4			
Котлета "Лукоморье", 90	90		211,77
Макароны отварные 150	150		211,50
Хлеб пшеничный 20	20		47,00
Чай с сахаром 200	200		54,48
Итого:		75,00	524,75

Зав. производством
Отв. за питание

/Н.Н. Батова
/С.Н. Кузьминых