Льготная категория

День: понедельник
Неделя: вторая
Сезон: осенне-весенний

1 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
Обед					
Овощи консервированные (огурец) порционно	60	0,00	0,00	3,60	16,00
Борщ "Волынский" со сметаной	250/10	3,07	6,79	24,53	131,52
Плов по-узбекски из говядины	225	18,23	21,29	38,15	485,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Фрукты свежие(мандарины)	125	0,80	0,80	11,00	38,00
Итого:	**795**	***26,225***	***29,4265***	***119,956***	***866,67***

2 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
Обед					
Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	60	0,60	3,20	3,60	65,00
Суп-харчо	250/15	3,20	4,20	31,40	108,00
Биточки по-беларуски	90	15,50	11,20	10,60	261,00
Картофель тушеный	150	3,90	7,80	24,30	187,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00
Итого:	**795**	***27,425***	***26,95***	***112,58***	***834,35***

Льготная категория

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенне- весенний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл)	Б	Ж	У	(ккал.)
Обед					
Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,76	3,06	4,14	48,00
Рассольник Ленинградский(с перл.крупой,мясом и сметаной	250/15/10	6,87	7,02	20,40	132,00
Котлета по-волжски	90	11,20	9,75	1,25	281,00
Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	21,86	184,93
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	25,70	104,00
Фрукты свежие(груша)	200	0,96	0,24	33,00	42,00
Итого:	***1025***	***27,32***	***29,02***	***129,83***	***907,28***

2 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
Обед					
Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	0,56	8,00
Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00
Минтай тушеный в томате с овощами	100		8,10	26,28	196,20
Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Фрукты свежие(груша)	150	0,96	0,24	33,00	42,00
Итого:	***1025***	***16,00***	***22,21***	***137,92***	***724,35***

Льготная категория

День: среда
Неделя: вторая
Сезон: осенне- весенний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	**Выход**	**Пищевые вещества**			**ЭЦ**
	(гр./мл.)	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал.)**
Обед					
Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	8,26	77,40
Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55
Жаркое по-домашнему (говядина)	225	16,90	16,12	30,33	399,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Итого:	***795***	**26,82**	**27,16**	**101,37**	**804,10**

2 вариант

Наименование блюда	**Выход**	**Пищевые вещества**			**ЭЦ**
	(гр./мл.)	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал.)**
Обед					
Икра свекольная	60	0,80	3,10	7,50	61,00
Щи зеленые со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55
Плов по-узбекски из говядины	225	18,23	21,29	38,15	485,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Компот из клубники с/м	200	0,10	0,10	19,90	103,00
Итого:	***795***	**25,95**	**30,43**	**109,13**	**895,90**

Льготная категория

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне- весенний

1 вариант

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Наименование блюда	**Выход**	**Пищевые вещества**			**ЭЦ**
	(гр./мл.)	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**
Обед					
Винегрет овощной	60	0,84	5,06	3,96	73,80
Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00
Биточки по-селянски	105	10,70	8,50	9,07	212,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Фрукты свежие(апельсины)	250	0,90	0,20	25,00	94,00
Компот из сухофруктов	200	2,50	0,2	21,70	80,00
Итого:	***1295***	***29,27***	***27,72***	***134,83***	***886,30***

2 вариант

Наименование блюда	**Выход**	**Пищевые вещества**			**ЭЦ**
	(гр./мл.)	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал.)**
Обед					
Салат из крабовых палочек	60	0,84	5,06	3,96	73,80
Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	13,80	158,70
Азу из говядины	225	14,20	15,60	29,50	316,80
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	21,70	45,00
Кондитерские изделия	50	1,88	2,50	18,50	104,00
Итого:	***1295***	***30,1***	***33,91***	***110,94***	***813,7***

Льготная категория

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенне- весенний

1 вариант

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
Обед					
Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	0,56	8,00
Суп-пюре из разных овощей с пшен. сухариками	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00
Оладьи из печени по-кунцевски	90	7,60	5,68	9,50	228,00
Рагу овощное	150	4,50	6,70	12,00	121,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Фрукты свежие (банан)	250	1,80	0,40	18,80	46,00
Итого:	***1030***	***23,09***	***19,68***	***107,54***	***734,15***

2 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
Обед					
Салат из свежих фруктов	60	0,30	0,10	13,80	57,00
Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	16,80	142,00
Колбаски деревенские	90	7,60	5,68	9,50	228,00
Каша гречневая с луком	150	4,59	6,92	25,88	234,52
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Фрукты свежие (банан)	250	1,80	0,40	18,80	46,00
Итого:	***1030***	***21,59***	***19,17***	***127,46***	***903,67***