



МЕНЮ
На «13» «Марта» 2024 г.

| Наименование блюд | Выход | Цена | Калорийность |
|---|-----------|--------|--------------|
| Льготный комплекс №2 | | | |
| Борщ с картофелем, мясо, сметана | 250/20/10 | | 186,70 |
| Сок фруктовый | 200 | | 94,4 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 72 |
| Итого: | | 50,00 | 353,19 |
| Льготный комплекс №4 | | | |
| Котлета « Нежность» (говядина) | 60 | | 120,35 |
| Спагетти отварные | 100 | | 131,6 |
| Чай с сахаром | 200 | | 56 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 48 |
| Итого: | | 75,00 | 355,95 |
| Льготный комплекс № 5 (завтрак) | | | |
| Омлет натуральный | 105 | | 185,1 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | | 56,93 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 48 |
| Льготный комплекс № 5 (обед) | | | |
| Борщ с картофелем, мясо, сметана | 200/10/10 | | 134,49 |
| Котлета « Нежность» (говядина) | 60 | | 120,35 |
| Спагетти отварные | 100 | | 131,6 |
| Чай с сахаром | 200 | | 56 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 48 |
| Итого: | | 150,00 | 780,47 |
| Комплексе 5-11 классы « Гимназический № 2 | | | |
| Апельсины | 150 | | 70,5 |
| Борщ с картофелем, мясо, сметана | 250/10/10 | | 155,34 |
| Рыба, запечённая под сырно-овощной шапкой (минтай) | 100 | | 272,6 |
| Дуэт (картофельное пюре, капуста тушёная) | 100/80 | | 146,86 |
| Чай с сахаром | 200 | | 56 |
| Хлеб пшеничный/ ржаной | 45/25 | | 153,32 |
| Итого: | | | 854,62 |
| Комплексе 5-11 классы Гимназический № 3 | | | |
| Апельсины | 150 | | 70,5 |
| Рыба, запечённая под сырно-овощной шапкой (минтай) | 100 | | 272,6 |
| Дуэт (картофельное пюре, капуста тушёная) | 100/80 | | 146,86 |
| Чай с сахаром | 200 | | 56 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 45/25 | | 153,32 |
| Итого: | | 135,00 | 699,28 |
| Свободный выбор | | | |
| Холодные закуски | | | |
| Ассорти овощное « Краски лета» | 100/5 | 29,00 | 62,45 |
| Салат из морской капусты « Клюковка» | 60 | 27,00 | 72,4 |
| Супы | | | |
| Борщ с картофелем, мясо, сметана | 250/10/10 | 28,00 | 155,34 |
| Молочные блюда; Блюда из творога и яиц | | | |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 150/50 | 113,00 | 465 |
| Горячие вторые блюда | | | |
| Рыба, запечённая под сырно-овощной шапкой (минтай) | 100 | 96,00 | 272,6 |
| Свинина с булгуром | 150 | 83,00 | 416,8 |
| Котлета « Нежность» (говядина) | 100 | 69,00 | 201,25 |
| Запеканка картофельная с говядиной | 250 | 89,00 | 441,13 |
| Филе куриное , запечённое в яйце | 100 | 98,00 | 306 |
| Гарниры | | | |
| Капуста брокколи отварная с маслом | 100/5 | 35,00 | 47,02 |
| Картофельное пюре | 150 | 17,00 | 156 |
| Напитки | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 6,00 | 56,93 |
| Сок фруктовый | 200 | 25,00 | 94,4 |
| Мучные изделия | | | |
| Хлеб Дарницкий | 30 | 5,00 | 69,6 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 4,00 | 70,5 |

Зав. производством: _____ Ширяева Т.В.

Отв. за питание: _____ Балахнина С.С.