



МЕНЮ
«30» «Сентября» «2024» г.

Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность
Льготный комплекс №2			
Поджарка из свинины	65		283,36
Рис отварной	100		146
Чай с сахаром и лимоном	200/7		56,93
Хлеб пшеничный	20		48
Итого:		75,00	534,29
Льготный комплекс №4			
Поджарка из свинины	90/30		283,36
Рис отварной	100		146
Чай с сахаром и лимоном	200/7		56,93
Хлеб пшеничный	20		48
Итого:		75,00	534,29
Льготный комплекс №5 (завтрак)			
Каша рисовая молочная жидкая	200		202,92
Чай с сахаром и лимоном	200/7		56,93
Хлеб пшеничный	20		48
Итого:			307,85
Льготный комплекс №5 (обед)			
Щи со сметаной	200/10		75,7
Плов с мясом (говядина)	200		421
Компот из сухофруктов	200		110
Хлеб пшеничный	20		48
Итого:		150,00	654,7
Комплекс 5-11 классы «Гимназист»			
Уха с рыбой (горбуша)	250		110,51
Плов с мясом (говядина)	280		234,55
Напиток витаминизированный	200		146
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20		84,26
Итого:		185,00	575,32
Комплекс 5-11 классы Гимназист №2			
Плов с мясом (говядина)	280		234,55
Напиток витаминизированный	200		146
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20		84,26
Итого:		170,00	464,81
Свободный выбор			
Холодные закуски			
Салат с помидорами и болгарским перцем и луком, зелень	100/2	30,00	67,18
Салат из свежей капусты с болгарским перцем и огурцом	100/2	22,00	68,3
Супы			
Уха с рыбой (горбуша), зелень	250/2	49,00	111,71
Молочные блюда; Блюда из творога и яиц			
Горячие вторые блюда			
Поджарка из минтая	80/30	64,00	316,6
Поджарка из свинины	90	98,00	390,95
Котлета «Лукоморья»	100	113,00	235,3
Курица, запечённая (окорочка)	100	115,00	255,3
Филе куриное с сыром	100	130,00	383
Гарниры			
Капуста тушёная с помидорами, зелень	100/2	20,00	150,1
Рис отварной	180	24,00	262,8
Напитки			
Напиток витаминизированный	200	18,00	146
Сок фруктовый	200	39,00	76
Мучные изделия			
Хлеб Дарницкий	30	5,00	69,9
Хлеб пшеничный	30	4,00	70,5

Зав. производством: *Ширяева Т.В.*
Отв. за питание: *Балахнина С.С.*