

Меню на 24.12.2024

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость
Завтрак-Обед(1-4 классы)								Итого: 212,5!
-	Рыба запеченная со сметаной с сыром	Завтрак	161	25	5	3	100	46
520	Пюре картофельное	Завтрак	233	6	12	63	165	31
-	Чай с лимоном 200/5	Завтрак	39	0	0	10	205	4
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Завтрак	61	2	0	13	25	2
132	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом.200/1	Обед	196	3	6	21	210	26
209	Поджарка из индейки	Обед	276	26	17	19	100	68
-	Фузилли(спиральки)/ помидоры св. 150/10	Обед	185	5	4	32	160	19
705	Напиток из шиповника	Обед	131	1	0	32	200	10
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Обед	61	2	0	13	25	2
Завтрак-Обед(5-11классы)								Итого: 245,5!
-	Рыба запеченная со сметаной с сыром	Завтрак	161	25	5	3	100	45
-	Пюре картофельное/ капуста кв. 180/45	Завтрак	160	4	4	25	225	44
-	Чай с лимоном 200/6	Завтрак	39	0	0	10	206	4
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Завтрак	61	2	0	13	25	2
132	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,250/1	Обед	127	2	6	16	260	31
209	Поджарка из индейки	Обед	276	26	17	19	100	68
-	Фузилли(спиральки)/ помидор св. 180/40	Обед	222	6	5	39	220	34
705	Напиток из шиповника	Обед	131	1	0	32	200	10
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Обед	61	2	0	13	25	2
Комплекс (10-11классы)								Итого: 124,6!
-	Зразы с фаршем из яиц и ветчины	Завтрак	401	19	28	15	120	79
58/3	Макаронны запеченные с сыром	Завтрак	301	10	11	38	180	31
705	Напиток из шиповника	Завтрак	131	1	0	32	200	10

-	Хлебная корзина	Завтрак	74	2	0	15	30	3
Комплекс (1-4 классы)								Итого: 85,0!
-	Рыба запеченная со сметаной с сыром	Завтрак	161	25	5	3	100	46
520	Пюре картофельное	Завтрак	233	6	12	63	165	31
-	Чай с лимоном 200/5	Завтрак	39	0	0	10	205	4
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Завтрак	61	2	0	13	25	2
Комплекс (5-11классы)								Итого: 98,2!
-	Рыба запеченная со сметаной с сыром	Завтрак	161	25	5	3	100	45
-	Пюре картофельное/ капуста кв. 180/45	Завтрак	160	4	4	25	225	44
-	Чай с лимоном 200/6	Завтрак	39	0	0	10	206	4
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Завтрак	61	2	0	13	25	2
Комплекс 2								Итого: 27,0!
132	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом.200/1	Ланч	196	3	6	21	210	27
Комплекс 3								Итого: 29,7!
-	Бульон куриный с яйцом	Ланч	121	2	6	16	250	29
Комплекс1 (1-4 классы)								Итого: 127,5!
132	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом.200/1	Обед	196	3	6	21	210	26
209	Поджарка из индейки	Обед	276	26	17	19	100	68
-	Фузилли(спиральки)/ помидоры св. 150/10	Обед	185	5	4	32	160	19
705	Напиток из шиповника	Обед	131	1	0	32	200	10
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Обед	61	2	0	13	25	2
Комплекс1(10-11 клвссы)								Итого: 124,7!
499	Биточек рубленный из индейки	Завтрак	349	20	41	20	105	77
58/3	Макаронны запеченные с сыром	Завтрак	301	10	11	38	180	31
705	Напиток из шиповника	Завтрак	131	1	0	32	200	10
-	Хлебная корзина	Завтрак	110	3	1	23	45	5
Комплекс2 (5-11классы)								Итого: 98,2!
-	Рыба запеченная со сметаной с сыром	Завтрак	161	25	5	3	100	45
-	Пюре картофельное/ капуста кв. 180/45	Завтрак	160	4	4	25	225	44
-	Чай с лимоном 200/6	Завтрак	39	0	0	10	206	4

-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Завтрак	61	2	0	13	25	2
---	---	---------	----	---	---	----	----	---

Комплекс4 (5-11классы)

Итого: 147,2!

132	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,250/1	Обед	127	2	6	16	260	31
209	Поджарка из индейки	Обед	276	26	17	19	100	68
-	Фузилли(спиральки)/ помидор св. 180/40	Обед	222	6	5	39	220	34
705	Напиток из шиповника	Обед	131	1	0	32	200	10
-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Обед	61	2	0	13	25	2

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО Appetit	Роганов Владимир Владимирович	20.12.2024 11:11:16	A6442FCFC7314163AF5583857F376069FEEA7F4C

ООО Appetit

МАОУ СОШ № 1

Меню на 24.12.2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость
Закуска								
71	Винегрет овощной с зеленым горошком	Нет	124	1	10	7	100	18
216	Салат Здоровье.	Нет	143	1	11	9	100	23
68	Салат Столичный	Нет	334	18	27	4	100	54
Первое блюдо								
132	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,250/1	Да	127	2	6	16	260	31
Второе блюдо								
215	Пельмени мясные с маслом сливочным 230/5	Да	275	16	19	10	235	157
-	Рыба припущенная	Да	0	0	0	0	100	132
209	Поджарка из индейки	Да	276	26	17	19	100	68
228	Шашлычок из филе куриного с помидором	Да	234	20	9	9	100	127
Гарнир								
-	Пюре картофельное.	Да	160	4	4	25	180	34
-	Овощи по Мексикански	Да	0	0	0	0	180	78
-	Макаронные изделия отварные.	Да	222	6	5	39	180	16
Блюда из творога								

294	Сырники из творога с маслом 150/10	Нет	514	34	24	41	160	117
-----	------------------------------------	-----	-----	----	----	----	-----	-----

Напитки

-	Чай пакетированный с лимоном 200/7	Нет	39	0	0	10	207	7
705	Напиток из шиповника	Нет	131	1	0	32	200	10
700	Компот из облепихи	Нет	91	0	0	48	200	20

Хлеб

-	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Нет	61	2	0	13	25	2
---	--------------------------------------	-----	----	---	---	----	----	---

Выпечка

1000	Пицца с фаршем (индейка)	Нет	250	9	13	24	100	58
747	Беляш школьный	Нет	250	9	13	24	100	45
-	Пончики с сахарной пудрой 100/5	Нет	0	0	0	0	105	16
741	Ватрушка с повидлом	Нет	0	0	0	0	100	16
769	Булочка Домашняя	Нет	394	8	13	61	100	32

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО Аппетит	Роганов Владимир Владимирович	20.12.2024 11:11:16	A6442FCFC7314163AF5583857F376069FEEA7F4C