



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 18 марта 2024 г.(возрастная группа 12-18лет,1 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

18.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0020/413-04	Сосиски отварные	69	55,95	166,2	7,38	15,18	0
	Доп.гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	25	7,51	10,25	0,775	0,05	1,775
	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная рисовая	200/10	26,84	249,82	5,24	10,81	34,85
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чукка "	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.Гала	168	35,85	75,9	0,66	0	18,6
			Итого		166	656,32	20,655	32,3	73,87
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,57	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	20,06	96	2,85	5,7	7,35
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чукка "	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,21	34,95	1,14	0,09	7,845
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	102	21,52	46	0,4	0	11,3
				Итого		166	506,5	25,25	27,26
Обед 248 руб.	Холодн,закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	58,15	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	3/128-96	Рассольник Домашний	250	15,72	116,06	2,54	4,28	16,79
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	139,78	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,66	204,02	5,37	4,27	38,4
	Напиток	ТТК №103	Напиток витамин."Витошка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	23	1,87	53,59	1,748	0,138	12,029
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
				Итого		248	808,68	27,278	34,458

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А. Блохина

Меню на 18 марта 2024г. (возрастная группа 12-18 лет, 2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

18.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 166 руб.	Холодн.закус	5а/22-04	Салат из св.помид.с перцем*	60	34,87	64,4	0,48	5,99	2,2
	Первое бл	3/128-96	Рассольник Домашний	250	15,72	116,06	2,54	4,28	16,79
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	50	92,45	133,76	10,49	9,11	0,73
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,66	204,02	5,37	4,27	38,4
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,32	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	705,42	22,57	26,95	95,45
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	7/701-96	Сосиска запеченная в тесте	110	65,01	326,6	11,2	18,2	31,61
	Напиток	ТТК №90	Какао "Хрутка "	200	35,63	119,2	5,46	6,17	10,8
			Йогурт молочный	125	42	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.Гала	110	23,36	50,6	0,44	0	12,4
				Итого		166	574,4	19,9	26,87
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 19 марта 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа МБОУ СОШ №12 Отд./корп _____ День 19.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №81а	Салат из кукурузы с яйцом (конс)	60	27,84	60,6	2,43	4,4	3,45
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский без фрикадел.	250	16,4	100,75	3,8	1,84	16,93
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленный	80	103,01	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,55	44,27	1,444	0,144	9,937
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
		Итого		166	733,43	31,534	29,174	91,395	
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	701-96	Котлета запеченная в тесте	100	74,99	360	10,56	17,06	43,6
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	204	45,85	77,5	1,84	0	17,1
		Итого		166	575	14,1	18,56	90,67	
		Итого		0	0	0	0	0	

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №12
Е.А.Блохина

Меню на 19 марта 2024 г.(возрастная категория 12-18 лет,1 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова



Школа

МБОУ СОШ №12

Отд./корп

День

19.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	30	16,52	4,2	0,18	0	0,87
	2 блюдо	ТТК №113	Биточки "Фрегат" (горбуша)	75	76,96	246	17,25	18,6	2,36
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,95	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	18	1,48	41,94	1,368	0,108	9,414
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	192	43,14	72,2	1,71	0	15,9
			Итого		166	615,42	24,898	24,518	76,124
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	10	11,98	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №74	Биф рубленый	80	103,01	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	23,29	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	18	1,4	41,94	1,368	0,108	9,414
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	100	22,46	38	0,9	0	8,4
				Итого		166	567,37	25,548	26,993
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №96	Салат Пекинский со св. овощами	100	55,83	62,13	1,02	5,16	2,6
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский	25/250	68,12	157,18	9,52	5,6	16,94
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	ТТК № 56а	Филе индейки тушеное в соусе(томатный)	50/50	84,23	187,9	15,49	12,5	3,6
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	11,54	265,5	8,8	6,14	47,24
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	21,05	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	17	1,33	39,61	1,292	0,102	8,891
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	885,52	37,532	31,622	118,411

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А. Блохина

Школа

МБОУ СОШ №12

Меню на 20 марта 2024г. (возрастная группа 12-18 лет, 1 смена)

Отд./корп



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А. Иванова

День

20.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	2 блюдо	0047/460-1996	Котлета рубл. из филе кур	75	59,53	217,09	12,54	12,02	15,49
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,66	204,02	5,37	4,27	38,4
	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	35	13,57	3,5	0,25	0	0,63
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный (горячий)	200	12,69	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшеница	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	185	39,58	82,8	0,72	0	20,34
		Итого		166	763,65	22,46	17,53	135,26	
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	21,6	4,6	0,26	0	0,94
	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.)	50	102,05	151,76	11,8	11,4	0,7
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшеница	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	110	23,27	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		166	439,2	16,946	14,28	63,84
Обед 248 руб.	Холодн.закус	19/50-04	Салат из свеклы с сыром	100	26,57	112	5,73	5,9	9,2
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	26,41	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/м. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №84	Картофельная запеканка с мясом	200	173,27	375,5	20,56	18,211	34,401
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	16,76	99,76	0,25	0	25,95
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,69	48,93	1,596	0,126	10,983
	Хлеб рж/пшеница	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		248	749,34	30,846	29,027	94,797

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Меню на 20 марта 2024 г. (возрастная группа 12-18 лет, 2 смена)

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А. Влохина

Школа МБОУ СОШ №12

Отд./корп

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

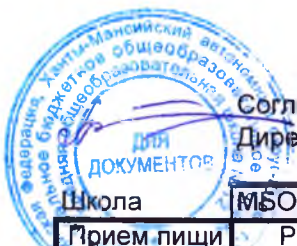
Е.А. Иванова

День 20.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн. закус	19/50-04	Салат из свеклы с сыром	100	26,55	112	5,73	5,9	9,2
	Первое бл	12/120-96	Щи из св. капусты с карт., помидор	250	26,41	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018/416-96	Шницель рубленый	50	65,99	128,69	8,36	6,89	8,83
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,3	185,04	3,92	5,6	31,64
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	16,76	99,76	0,25	0	25,95
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,69	48,93	1,596	0,126	10,983
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			Итого		166	687,57	22,566	23,306	100,866
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	ТТК №24	Пицца школьная с колбасой	120	43,5	332	11,86	12,48	43,42
	Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	13,3	106,7	0,8	0	26,97
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	39,33	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Груша	255	69,87	107,1	1,02	0	27,29
				Итого		166	701,8	19,28	17,48
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 21 марта 2024 г. (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп		День				21.03.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	93,53	321,4	20,9	16,2	21,9		
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2		
	Напиток	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,82	193,48	3,69	6,92	31,2		
	Хлеб белый	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,95	71,35	1,38	1,64	13,64		
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	155	43,53	58,9	1,24	0	13,33		
				Итого		166	708,13	28,65	26,46	91,27	
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натурал. рубленая (гов.	50	101,39	151,76	11,8	11,4	0,7		
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,68	106,14	2,046	2,64	19,73		
	Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	25	13,27	3,5	0,15	0	0,72		
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97		
	Хлеб белый	ТТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,7	45,15	1,43	0,252	9,74		
	Хлеб рж/пшен	ТТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64		
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	150	32,1	69	0,6	0	16,95		
				Итого		166	455,05	16,906	14,412	67,45	
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №109	Салат Мозаика	100	66,76	117,3	3,6	10	2,58		
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	20,94	95,5	1,85	4,27	12,2		
	Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0		
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018		
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	87,31	180,6	25,7	8,54	0,29		
	2 блюдо	0051/а/593-04	Соус томатный(с помидорами)	30	10,56	20,78	0,3	1,08	2		
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,67	219,37	3,87	5,25	41,8		
	Напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной сморо	200	13,92	102,26	0,15	0	27,03		
	Хлеб белый	ТТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,46	69,9	2,28	0,18	15,69		
	Хлеб рж/пшен	ТТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96		
				Итого		248	878,13	41,934	32,48	108,568	

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 21 марта 2024г. (возрастная категория 12-18 лет 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа * МБОУ СОШ №12		Отд./корп					День	21.03.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №109	Салат Мозаика	100	66,76	117,3	3,6	10	2,58
	Первое бл	15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	20,94	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	50	43,66	90,3	12,85	4,27	0,15
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,67	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной сморо	200	13,92	102,26	0,15	0	27,03
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	21	1,65	48,93	1,596	0,126	10,983
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
			<i>Итого</i>		166	719,51	24,986	25,656	101,391
Полдник 166 руб.	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	93,53	321,4	20,9	16,2	21,9
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2
	Напиток	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,82	193,48	3,69	6,92	31,2
	Хлеб белый	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,95	71,35	1,38	1,64	13,64
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	156	43,53	58,9	1,24	0	13,33
				<i>Итого</i>		166	708,13	28,65	26,46
			<i>Итого</i>		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

Меню на 22 марта 2024г. (возрастная категория 12-18 лет, 2 смена)



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп		День				22.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	ТТК №112	Салат Овощной с морской капуст	100	44,02	63,9	1,47	3	7,59	
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перлов	250	13,91	124,5	2,58	4,3	19,4	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36	
	2 блюдо	ТТК №60	Сарделька "Рябушка"припуц.	75	61,99	198,9	9,22	15,86	5,12	
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	25,31	185,04	3,92	5,6	31,64	
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,43	144,42	1,33	0	37,3	
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,52	66,65	2,1	0,37	14,38	
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
				Итого		166	842,69	21,83	32,25	122,1
Полдник 166 руб.	Мучные изд.	14/643 Нац.	Эчпочмак	100	50,78	251,91	9,12	10,76	31,74	
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чукка "	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8	
			Йогурт молочный	125	42	78	2,8	2,5	11	
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	155	34,58	79,8	1,89	0	17,64	
			Итого		166	528,91	19,27	19,43	71,18	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №12
 Е.А.Блохина

Меню на 22 марта 2024г (возрастная категория 12-18 лет, 1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ СОШ №12			Отд./корп		День				22.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак комплекс №1 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0	
	2 блюдо	0036/444-04	Плов по- узбекски	30/150	103,21	409,4	13,77	21,58	42,68	
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	20	11,02	2,8	0,12	0	0,58	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97	
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	28	2,25	65,24	2,13	0,168	14,644	
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	130	27,82	59,8	0,52	0	14,7	
			Итого		166	670,89	21,44	25,963	92,214	
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	40	22,03	5,6	0,24	0	1,16	
	2 блюдо	ТТК №95а	Суфле из филе курицы	100	126,51	277,9	22,28	19,9	1,04	
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,1	14,1	0,25	0,62	1,99	
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,16	58	0,2	0	14,97	
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	35	2,86	82,016	2,68	0,2	18,41	
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
			Итого		166	666,836	33,34	25,62	79,77	
Обед 248 руб.	Холодн.закус	4/20-04	Салат из св.помидор.и огурцов*	100	41,03	103,94	0,7	9,99	2,86	
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перлое	250	13,91	124,5	2,58	4,3	19,4	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	ТТК №111	Рулетики "Пеструшка"в сливочном	75/40	145,25	311,8	19,15	15,4	8,4	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	25	10,9	26,3	0,96	1,26	2,86	
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,43	144,42	1,33	0	37,3	
	Хлеб белый	TK №11	Хлеб в/с витаминизированный	34	2,75	82,016	2,68	0,2	18,41	
	Хлеб рж/пшен	TK №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96	
			Итого		248	989,776	31,82	37,02	122,508	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова