

"Согласовано"  
 Директор  
 общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"  
 Заместитель генерального директора  
 по организации питания  
 АО "Департамент продовольствия и  
 социального питания"

# МЕНЮ

для учащихся с 11 лет и старше  
 на 14.12.2023

| Наименование блюд   | выход            | стоимость    | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|---|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>           |                  |              |              |              |              |            |
| 338/2015 Фрукты свежие                                      | 100              |              | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47         |
| №1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)                       | 25/15            |              | 6,2          | 4,9          | 15,4         | 131        |
| ТТК 2021 Салат "Столичный" с соусом Переменка               | 75               |              | 4,97         | 12,09        | 5,0625       | 149        |
| ТТК 2023 Салат-бар  | 100              |              | 2,5          | 6,1          | 9,7          | 106        |
| капуста квашеная  | 40               |              |              |              |              |            |
| морковь свежая  | 40               |              |              |              |              |            |
| фасоль консервированная                                     | 10               |              |              |              |              |            |
| сухарики из пшеничного хлеба                                | 5                |              |              |              |              |            |
| масло растительное  | 5                |              |              |              |              |            |
|   | <b>сред.</b>     |              | <b>3,52</b>  | <b>5,87</b>  | <b>9,99</b>  | <b>108</b> |
| <b>1-ые БЛЮДА</b>   |                  |              |              |              |              |            |
| ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.) | 200/25/10/1      |              | 5,8          | 5,6          | 6,86         | 102        |
| 96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной                | 250/5            |              | 2,56         | 6,9          | 17,26        | 134        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>   |                  |              |              |              |              |            |
| ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные                          | 90               |              | 12,3         | 11,1         | 8,3          | 179        |
| ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами                          | 90/30            |              | 19           | 11,9         | 3,1          | 196        |
| ТТК 2021 Шашлык куриный (с переменной, на шампуре)          | 80               |              | 15,2         | 15,3         | 1,07         | 201        |
|   | <b>сред.</b>     |              | <b>15,50</b> | <b>12,76</b> | <b>4,16</b>  | <b>192</b> |
| ТТК 2021 Плов с говядиной                                   | 40/120           |              | 11,1         | 13,3         | 34,5         | 305        |
| ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком                   | 4шт/180/15       |              | 11           | 8            | 64,1         | 373        |
|   | <b>сред.</b>     |              | <b>11,05</b> | <b>10,65</b> | <b>49,30</b> | <b>339</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>  |                  |              |              |              |              |            |
| 304/2015 Рис отварной                                       | 180              |              | 4,6          | 6,5          | 48           | 269        |
| 309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)                  | 180              |              | 6,72         | 6,1          | 43,1         | 254        |
| 541/2004 Рагу овощное                                       | 180              |              | 3,36         | 9,2          | 20,2         | 178        |
|   | <b>сред.</b>     |              | <b>4,89</b>  | <b>7,27</b>  | <b>37,10</b> | <b>234</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>  |                  |              |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                | 200/8            |              |              |              | 8            | 32         |
| ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины           | 200              |              | 0,14         | 0,0          | 11,15        | 46         |
|   | <b>сред.</b>     |              | <b>0,07</b>  | <b>0,01</b>  | <b>9,58</b>  | <b>39</b>  |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                     | 20/15            |              | 2,14         | 0,32         | 16,38        | 79         |
|   | <b>Итого с</b>   |              |              |              |              |            |
|   | <b>самост.бл</b> | <b>79,00</b> | <b>16,78</b> | <b>16,85</b> | <b>85,25</b> | <b>565</b> |
|   | <b>юдом-</b>     |              |              |              |              |            |
|   | <b>Итого-</b>    | <b>79,00</b> | <b>26,12</b> | <b>26,23</b> | <b>77,20</b> | <b>652</b> |

Зав.производством:

Калькулятор: