

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14" 14»
Филиппов С.Н.



МЕНЮ (Льготное)

7 день

15 Апреля 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
240/30	Манник со сгущённым молоком Крупа манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйца, Масло сливочное, Молоко сгущённое Б - 18,6 г, Ж - 10,7 г, У - 81,7 г, ЭЦ - 486,4 ккал
15/10/25	Бутерброд с сыром Б - 5,73 г, Ж - 17,8 г, У - 13,04 г, ЭЦ - 232,9 ккал
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал
200	Яблоко свежее Б - 0,8г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Огурец соленый порционно Огурцы соленые Б - 0,96 г, Ж - 0,12 г, У - 2,04 г, ЭЦ - 13,90 ккал
250/10	Суп картофельный с горохом и гречками Картофель свежий, Горох сухой, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 7,0г, Ж - 4,85 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 174,4 ккал
120	Котлеты рубленные из филе куриного Куриное филе (грудка) с/м, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль Б - 19,4 г, Ж - 17,04 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 324,0 ккал
200	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8г, Ж - 7,4 г, У - 45,3 г, ЭЦ - 274,0 ккал
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО «СТОЛОВАЯ № 14»
Филиппов С.Н.



**МЕНЮ (Льготное)
8 день**

16 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
	Макаронны отварные с сыром	
250/15	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр	Б - 20,4 г, Ж- 21,3 г, У - 50,5 г, ЭЦ - 466,1 ккал
	Бутерброд с джемом	
20.5.25	Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Джем в ассортименте	Б - 2,0г, Ж- 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0ккал
	Чай с лимоном	
200/5	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий	Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал
	Печенье в ассортименте	
50		Б - 6,0 г, Ж- 5,0 г, У - 22,5 г, ЭЦ - 138,0 ккал
	Апельсин свежий	
200		Б - 1,8 г, Ж- 0,4 г, У -16,2 г, ЭЦ - 86,0 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
	Помидор свежий порционно	
120	Помидоры свежие	Б - 1,4 г, Ж - 1,4 г, У - 6,6 г, ЭЦ - 28,8 ккал
	Суп картофельный с рисом и рыбой	
250/20	Картофель свежий, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное	Б - 7,3 г, Ж - 2,92 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134,6 ккал
	Жаркое по-домашнему со свиной	
350	Свинина окорок с/м, Картофель свежий, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Соль	Б - 34,1 г, Ж - 30,7 г, У - 33,8 г, ЭЦ - 548,5 ккал
	Компот из свежих яблок	
200	Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная	Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	
75		Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
	Батон обогащенный микронутриентами	
75		Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
	Булочка "домашняя"	
50	Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль	Б - 3,6 г, Ж- 5,4 г, У - 24,9 г, ЭЦ - 150,3 ккал

Главный технолог _____

Зав. произв _____



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.

МЕНЮ (Льготное)

9 день

17 Апрель 2024 г.



Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
250/30	Запеканка пшённая со сгущённым молоком Крупа пшено, Масло сливочное, Сахар, Сметана, Сухари панировочные, Яйца, Соль Б - 15,2 г, Ж - 19,2 г, У - 72,4 г, ЭЦ - 506,0 ккал	
20	Сыр порциями Б - 4,6 г, Ж - 5,9 г, У - 0 г, ЭЦ - 72,7 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал	
200	Груша свежая Б - 0,8 г, Ж - 0,6 г, У - 20,6 г, ЭЦ - 94,0 ккал	
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал	

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
120	Салат из свеклы отварной с маслом растительным Свекла свежая, Масло растительное, Соль Б - 4,9 г, Ж - 13,1 г, У - 7,2 г, ЭЦ - 108,7 ккал	
250/15/10	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Сметана Б - 5,1 г, Ж - 6,0 г, У - 10,9 г, ЭЦ - 112,1 ккал	
120/40	Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль Б - 14,42 г, Ж - 12,72 г, У - 25,1 г, ЭЦ - 249,2 ккал	
200	Рис отварной Крупа рисовая Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 41,2 г, ЭЦ - 255,5 ккал	
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал	
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал	
75	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал	
50	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 4,4 г, Ж - 7,2 г, У - 30,8 г, ЭЦ - 164,9 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.

МЕНЮ (Льготное)

10 день

18 *Апрель* 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
200/25	Запеканка из творога со сгущённым молоком Творог, Крупа манная, Яйцо куриное, Сахар-песок, Сметана, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль Б - 37,9 г, Ж - 26,3 г, У - 62,9 г, ЭЦ - 547,6 ккал
20.5.25	Бутерброд с джемом Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0г, Ж - 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал
200	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал
200	Мандарин свежий Б - 1,6 г, Ж - 0,2 г, У - 14,9 г, ЭЦ - 76 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
40/80	Яйцо с гарниром Яйцо куриное вареное, Горошек зеленый консервированный Б - 6,6 г, Ж - 7,2 г, У - 11,8 г, ЭЦ - 144,0 ккал
250/15/10	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной Свекла свежая, Капуста белокачанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Томатная паста, Сахар-песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль Б - 9,85г, Ж - 10,3 г, У - 15,06 г, ЭЦ - 178,8 ккал
120/40	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 12,3 г, Ж - 23,0 г, У - 15,0 г, ЭЦ - 240,0 ккал
200	Макаронные изделия отварные Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 6,5 г, Ж - 6,4 г, У - 39,5 г, ЭЦ - 254,4 ккал
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.



МЕНЮ (Льготное)

11 день

19 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
	Омлет натуральный	
250	Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль	Б - 24,0 г, Ж - 31,45 г, У - 24,3 г, ЭЦ - 472,7 ккал
	Чай с лимоном	
200/5	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий	Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал
	Батон обогащенный микронутриентами	
50		Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
	Зефир витаминизированный	
70		Б - 1,26 г, Ж - 0,2 г, У - 46,4 г, ЭЦ - 203,2 ккал
	Яблоко свежее	
200		Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
	Салат из квашеной капусты	
120	Капуста квашеная, Лук зелёный, Сахар-песок, Масло растительное	Б - 1,92 г, Ж - 6,1 г, У - 9,2 г, ЭЦ - 99,6 ккал
	Суп-лапша домашняя с курицей	
250/15	Лапша домашняя, Филе куриное отварное, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль	Б - 11,2 г, Ж - 13,5 г, У - 19,7 г, ЭЦ - 238,7 ккал
	Плов с куриным филе	
320	Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль	Б - 20,6 г, Ж - 21,9 г, У - 52,1 г, ЭЦ - 495,0 ккал
	Компот из смеси сухофруктов	
200	Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная	Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 ЭЦ - 97,2 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	
75		Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
	Батон обогащенный микронутриентами	
75		Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	
125		Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.



МЕНЮ (Льготное)

1 день

22 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
15/25	Бутерброд с маслом сливочным Батон пшеничный, Масло сливочное Б - 2,7 г, Ж - 12,5 г, У - 13 г, ЭЦ - 179,4 ккал
240/30	Манник со сгущённым молоком Крупа манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйца, Масло сливочное, Молоко сгущённое Б - 18,6 г, Ж - 10,7 г, У - 81,7 г, ЭЦ - 486,4 ккал
200/5	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
200	Яблоко свежее Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал
75	Печенье в ассортименте Б - 9 г, Ж - 7,5 г, У - 32,3 г, ЭЦ - 207 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Огурец свежий порционно Огурцы свежие Б - 0,96 г, Ж - 0,12 г, У - 2,04 г, ЭЦ - 14,4 ккал
250/15/10	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Соль, Курица отварная, Сметана Б - 3,0 г, Ж - 4,53 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 147,1 ккал
120	Шницель рубленный мясной Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Сухари панировочные, Масло подсолнечное, Соль Б - 15,1 г, Ж - 14,1 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 294,7 ккал
200/15	Макаронные изделия с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Соль Б - 15,8 г, Ж - 16,1 г, У - 37,5 г, ЭЦ - 358,0 ккал
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 4,3 г, Ж - 7,2 г, У - 30,8 г, ЭЦ - 164,9 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.



МЕНЮ (Льготное)

2 день

23 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
240/30	Пудинг из творога (запеченный) с джемом Творог, Крупа манная, Яйцо куриное, Сахар-песок, Изюм, Сметана, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль Б - 24,3 г, Ж- 23,7 г, У - 59,2 г, ЭЦ - 506,6 ккал
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
10.5.25	Бутерброд с сыром Сыр, Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 4,4г, Ж- 12,42 г, У - 13,0 г, ЭЦ - 179,33 ккал
30	Пряник Б - 1,8 г, Ж- 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,8 ккал
200	Апельсин свежий Б - 1,8 г, Ж- 0,4 г, У - 16,2 г, ЭЦ - 86,0 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Икра баклажанная (консервированная) Икра баклажанная (консервированная) Б - 1,5 г, Ж - 8,16 г, У - 5,4 г, ЭЦ - 88,8 ккал
250/10/5	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной Картофель свежий, Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная Сметана Б - 5,32г, Ж - 7,1 г, У - 14,4 г, ЭЦ - 159,7 ккал
120/40	Фрикадельки куриные в соусе молочном Кура филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль Б - 21,7 г, Ж - 8,1 г, У - 23,3г, ЭЦ - 267,6 ккал
200	Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 41,2 г, ЭЦ - 255,5 ккал
200	Компот из свежих яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал

Главный технолог _____

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.



МЕНЮ (Льготное)
3 день

24 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
280	Запеканка рисовая с творогом Крупа рисовая, Творого, Яйца, Сахар-песок, Масло сливочное, Сухари пшеничные, Сметана, Соль Б - 19,2 г, Ж - 21,4 г, У - 68,8 г, ЭЦ - 487,2 ккал
20.5.25	Бутерброд с джемом Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0г, Ж- 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал
200	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал
200	Груша свежая Б - 0,8г, Ж- 0,6 г, У - 20,6 г, ЭЦ - 94,0 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке Б - 4,9 г, Ж- 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
100/20	Салат из свеклы с яйцом Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 7,8 г, Ж - 10,9 г, У - 5,7 г, ЭЦ - 143,1 ккал
250/15	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная Б - 4,00 г, Ж - 2,90 г, У - 17,06 г, ЭЦ - 121 ккал
120/40	Хлебец рыбный запечённый, соус сметанный Минтай филе с/м, Лук репчатый, Морковь, "Геркулес" крупа, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль Б - 17,7 г, Ж - 18,6 г, У - 12,1 г, ЭЦ - 132,4 ккал
200	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 7,1 г, У - 30,4 г, ЭЦ - 201,8 ккал
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Булочка "домашняя" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,6 г, Ж - 5,4 г, У - 24,9 г, ЭЦ - 150,3 ккал

Главный технолог

Зав. производств

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "СТОЛОВАЯ № 14"
Филиппов С.Н.

МЕНЮ (Льготное)

4 день

25 Апрель 2024 г.

«Столовая № 14»

для документов

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
230	Омлет с зелёным горошком Яйцо, Молоко, Горошек зелёный, Масло сливочное, Соль Б - 21,3 г, Ж- 22,7 г, У - 32,5 г, ЭЦ - 481,8 ккал	
15/10/25	Бутерброд с сыром Сыр, Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 5,73г, Ж- 17,8 г, У - 13,04 г, ЭЦ - 232,9 ккал	
25	Батон обогащенный микронутриентами Б - 2г, Ж- 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал	
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал	
30	Пряник Б - 1,8 г, Ж- 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,8 ккал	
200	Мандарин свежий Б - 1,6 г, Ж- 0,2 г, У - 14,9 г, ЭЦ - 76,0 ккал	

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
120	Салат из квашеной капусты Капуста квашеная, Лук зелёный, Масло растительное, Сахар Б - 1,92 г, Ж - 6,1 г, У - 9,2 г, ЭЦ - 99,6 ккал	
250/10	Суп картофельный с горохом и гречками Картофель свежий, Горох сухой, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 7,0 г, Ж - 4,85 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 174,4 ккал	
120	Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе Говядина лопатка с/м, Лук репчатый, Сметана, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль Б - 12,6 г, Ж - 13,3 г, У - 5,04 г, ЭЦ - 226,8 ккал	
200	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8г, Ж - 7,4 г, У - 45,3 г, ЭЦ - 274,0 ккал	
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал	
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал	
75	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал	
50	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 4,3 г, Ж- 7,2 г, У - 30,8 г, ЭЦ - 164,9 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



МЕНЮ (Льготное)
5 день

26 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
250/15	Макаронные изделия с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр Б - 20,4 г, Ж - 21,3 г, У - 50,5 г, ЭЦ - 466,1 ккал	
200/5	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал	
20.5.25	Бутерброд с джемом Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0г, Ж- 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал	
40	Вафли Б - 2,88 г, Ж- 3,84 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 124 ккал	
200	Яблоко свежее Б - 0,8 г, Ж- 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал	

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год	
120	Винегрет овощной Свекла свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Капуста квашеная, Лук зелёный, Масло растительное, Соль Б - 1,6 г, Ж - 12,2 г, У - 7,99 г, ЭЦ - 147,6 ккал	
25010/5	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной Картофель свежий, Огурцы солёные, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Филе куриное отварное, Сметана Б - 4,7 г, Ж - 7,0 г, У - 28,3 г, ЭЦ - 170,8 ккал	
320	Голубцы ленивые Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 28,2 г, Ж - 29,7 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 492,2 ккал	
200	Кисель из плодов шиповника Плоды шиповника сушёные, Крахмал картофельный, Сахар-песок Б - 0,2г, Ж - 0,1 г, У - 26,2 г, ЭЦ - 108,4 ккал	
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал	
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал	
50	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



МЕНЮ (Льготное)

7 день

27 Апрель 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
240/30	Манник со сгущённым молоком Крупа манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйца, Масло сливочное, Молоко сгущённое Б - 18,6 г, Ж - 10,7 г, У - 81,7 г, ЭЦ - 486,4 ккал
15/10/25	Бутерброд с сыром Б - 5,73 г, Ж - 17,8 г, У - 13,04 г, ЭЦ - 232,9 ккал
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал
200	Яблоко свежее Б - 0,8г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Огурец соленый порционно Огурцы соленые Б - 0,96 г, Ж - 0,12 г, У - 2,04 г, ЭЦ - 13,90 ккал
250/10	Суп картофельный с горохом и гречками Картофель свежий, Горох сухой, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 7,0г, Ж - 4,85 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 174,4 ккал
120	Котлеты рубленные из филе куриного Куриное филе (грудка) с/м, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль Б - 19,4 г, Ж - 17,04 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 324,0 ккал
200	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8г, Ж - 7,4 г, У - 45,3 г, ЭЦ - 274,0 ккал
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством