

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МАОУ "Гимназия №1"
 В.Е. Косыбаенко
 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
 Управляющий
 ООО "Комбинат "Левобережный"
 А.Ю. Б. Перетятевич
 «Левобережный»
 2022 г.

Примерное двухнедельное меню (комплекс) для организации горячего питания обучающихся на льготных условиях (многодетные, малообеспеченные, малоимущие) в столовых школьных учреждений, обслуживаемых ООО "Комбинат "Левобережный"

Вводится со 2 сентября 2022 года

Возрастная категория: 7-11 лет

1 НЕДЕЛЯ			2 НЕДЕЛЯ		
Обеды			Обеды		
Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК					
Гуляш из свинины - 40/40	80	226,31			
Рис припущенный	120	169,25	Плов (свинина)	210	562,73
Компот из смеси сухофруктов	200	59,20	Компот из смеси сухофруктов	200	59,20
Хлеб пшеничный	60	135,18	Хлеб пшеничный	60	135,18
Хлеб бородинский	40	80,68	Хлеб бородинский	40	80,68
Печенье	40	166,32	Печенье	40	166,32
ИТОГО:	540	836,94	ИТОГО:	550	1004,11
ВТОРНИК					
Печеники	70	204,37	Котлета рубленая из птицы	70	180,40
Картофель тушеный	120	179,72	Рагу из овощей	120	118,41
Напиток из шиповника	200	79,80	Компот из свежемороженой вишни	200	80,92
Хлеб пшеничный	60	135,18	Хлеб пшеничный	60	135,18
Хлеб бородинский	40	80,68	Хлеб бородинский	40	80,68
Вафли	40	140,04	Вафли	40	140,04
ИТОГО:	530	819,79	ИТОГО:	530	735,63
СРЕДА					
Пирог Ленивый (курица-говядина)	70	178,04	Биточек рыбный (минтай)	70	109,23
Соус томатный	50	36,43	Соус белый основной	50	25,11
Макаронные изделия отварные	120	170,78	Пюре картофельное	120	116,68
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88	Напиток из шиповника	200	79,80
Хлеб пшеничный	60	135,18	Хлеб пшеничный	60	135,18
Хлеб бородинский	40	80,68	Хлеб бородинский	40	80,68
Печенье	40	166,32	Печенье	40	166,32
ИТОГО:	580	854,31	ИТОГО:	580	713,00
ЧЕТВЕРГ					
Котлета рыбная Любительская (минтай)	70	110,42			
Соус белый основной	50	25,11	Тефтели из говядины с рисом и соусом - 60/50	110	194,29
Пюре картофельное	120	116,68	Макаронные изделия отварные	120	170,78
Компот из свежих яблок и свежемороженой вишни	200	69,74	Компот из свежих яблок и мандаринов	200	70,57
Хлеб пшеничный	60	135,18	Хлеб пшеничный	60	135,18
Хлеб бородинский	40	80,68	Хлеб бородинский	40	80,68
Вафли	40	140,04	Вафли	40	140,04
ИТОГО:	580	677,85	ИТОГО:	570	791,54
ПЯТНИЦА					
Печень, тушенная в соусе - 40/40	80	141,10			
Пшеница рассыпчатая	120	210,75	Рагу из филе птицы (курица)	210	253,69
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43
Хлеб пшеничный	60	135,18	Хлеб пшеничный	60	135,18
Хлеб бородинский	40	80,68	Хлеб бородинский	40	80,68
Печенье	40	166,32	Печенье	40	166,32
ИТОГО:	540	820,46	ИТОГО:	550	722,30
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ ПРИ 5-ДНЕВКЕ - 77,00 руб.					
СУББОТА					
Биточек из курицы и говядины	70	178,13			
Соус красный основной	50	21,69	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай) - 50/50	100	111,57
Пшеница перловая рассыпчатая	120	164,89	Картофель отварной	120	119,92
Компот из свежемороженой вишни (клубника)	200	68,82	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88
Хлеб пшеничный	60	135,18	Хлеб пшеничный	60	135,18
Хлеб бородинский	40	80,68	Хлеб бородинский	40	80,68
Вафли	40	140,04	Вафли	40	140,04
ИТОГО:	580	789,43	ИТОГО:	560	674,27
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ ПРИ 6-ДНЕВКЕ - 77,00 руб.					

Технолог  Э.Ю. Бобровникова