



Согласовано:  
Генеральный директор ОАО «Исток»  
Сербица А.М.  
2024г.



Утверждаю:  
Директор МКВСОУЦО №10

06 2024г.


## МЕНЮ

На 20 Июня 2024

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
71	Помидор свежий	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	12-67
295	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	1/90/5	15,2	22,6	14,8	324	48-95
321	Капуста тушеная	1/150	3,11	4,01	20,10	253,85	16-44
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,00	8-58
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>20,56</b>	<b>24,89</b>	<b>81,68</b>	<b>759,65</b>	<b>89-41</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Огурец свежий	1/60	0,48	0,00	2,04	9,60	9-50
101	Суп картофельный с крупой рис	1/200	1,60	2,18	16,74	93,00	9-67
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	48-89
312	Пюре картофельное	1/150	3,12	5,10	18,57	132,60	18-48
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	5-75
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	<b>Итого</b>	<b>800</b>	<b>21,79</b>	<b>14,54</b>	<b>94,25</b>	<b>696</b>	<b>95-06</b>

Технолог:

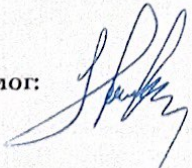
 Варданян О.Е.





**МЕНЮ**  
 На 20 Июня 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
71	Помидор свежий	1/100	0,72	0,12	2,76	15,60	22-27
295	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	1/100/5	15,2	22,6	14,8	324	53-51
321	Капуста тушеная	1/180	3,11	4,01	20,10	253,85	19-65
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,00	8-58
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
15	Сыр «Российский» 50% жирности	1/15	4,64	5,91	0,00	72,00	15-60
338	Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	1/200	0,80	25,20	25,20	104,00	33-80
	<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>26,00</b>	<b>56,00</b>	<b>106,88</b>	<b>935,65</b>	<b>156-18</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Огурец свежий	1/60	0,48	0,00	2,04	9,60	9-50
101	Суп картофельный с крупой рис	1/250	1,60	2,18	16,74	93,00	12-10
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/100/50	12,74	6,72	6,72	138,60	54-53
312	Пюре картофельное	1/180	3,12	5,10	18,57	132,60	20-50
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	5-75
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>21,79</b>	<b>14,54</b>	<b>94,25</b>	<b>696</b>	<b>105-15</b>

Технолог:  Варданиян О.Е.