



СОГЛАСОВАНО:

Директор

МАОУ "Инженерный лицей НГТУ" (корп. 2)

М.А. Безлепкина

" " 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Управляющий

ООО "Комбинат "Левобережный"

Ю.В. Перетяткевич

2023 г.

Комплексе для организации бесплатного горячего питания обучающихся начальных классов (ГОС 1-4 кл.) в столовых школьных учреждений, обслуживаемых ООО "Комбинат "Левобережный"

Вводится с 1 сентября 2023 года

1 НЕДЕЛЯ						2 НЕДЕЛЯ					
Завтраки			Обеды			Завтраки			Обеды		
Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК											
Сыр (порциями)	10	35,30	Азу из свинины	100	267,58	Сыр (порциями)	10	35,30	Азу из свинины	100	267,58
Каша из риса и пшена молочная вязкая с маслом сливочным	200	229,48	Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	195,68	Макаронные отварные с овощами	120	142,13
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	40	90,12	Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	40	90,12
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	30	60,51	Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	30	60,51
Какао с молоком	200	116,16	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43	Какао с молоком	200	116,16	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43
Мандарин	120	45,96				Мандарин	120	45,96			
ИТОГО:	580	534,83	ИТОГО:	490	715,39	ИТОГО:	580	501,03	ИТОГО:	490	646,77
ВТОРНИК											
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная вязкая с маслом сливочным	200	256,81	Голубец Ленивый (курица-свинина)	70	210,64	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	292,37	Котлета рубленая из птицы	70	180,40
Хлеб пшеничный	30	67,59	Соус томатный	50	36,43	Хлеб пшеничный	30	67,59	Соус томатный	50	36,43
Хлеб бородинский	20	40,34	Каша перловая рассыпчатая	120	164,89	Хлеб бородинский	20	40,34	Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75
Кофейный напиток с молоком	200	83,53	Хлеб пшеничный	40	90,12	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Хлеб пшеничный	40	90,12
Яблоко	150	66,60	Хлеб бородинский	30	60,51	Яблоко	150	66,60	Хлеб бородинский	30	60,51
			Компот из свежемороженых ягод (клубника)	200	67,10				Компот из свежемороженых ягод (клубника)	200	67,10
ИТОГО:	600	514,87	ИТОГО:	510	629,69	ИТОГО:	615	508,78	ИТОГО:	510	645,31
СРЕДА											
Плов из птицы	210	396,20	Биточек рыбный (минтай)	70	109,23	Птица, тушенная в сметанном соусе	80	104,77	Биточек из курицы и свинины	70	248,24
Хлеб пшеничный	30	67,59	Соус сметанный с томатом	50	87,50	Макаронные изделия отварные	120	170,78	Соус красный основной	50	21,69

Хлеб бородинский	20	40,34	Макаронные изделия отварные	120	170,78	Хлеб пшеничный	30	67,59	Рис припущенный	120	169,25
Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Хлеб пшеничный	40	90,12	Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб пшеничный	40	90,12
			Хлеб бородинский	30	60,51	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Хлеб бородинский	30	60,51
			Компот из свежих яблок и свежемороженой вишни	200	69,74				Компот из свежих яблок и мандаринов	200	70,57
ИТОГО:	475	546,01	ИТОГО:	510	587,88	ИТОГО:	460	424,25	ИТОГО:	510	660,38

ЧЕТВЕРГ

Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	286,59	Гречаники	70	204,37	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	265,43	Котлета рыбная Любительская (минтай)	70	110,42
Хлеб пшеничный	30	67,59	Пюре картофельное	120	116,68	Хлеб пшеничный	30	67,59	Соус белый основной	50	25,11
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб пшеничный	40	90,12	Хлеб бородинский	20	40,34	Пюре картофельное	120	116,68
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Хлеб бородинский	30	60,51	Кофейный напиток с молоком	200	83,53	Хлеб пшеничный	40	90,12
Яблоко	150	66,60	Напиток из шиповника	200	79,80	Мандарин	120	45,96	Хлеб бородинский	30	60,51
									Напиток из шиповника	200	79,80
ИТОГО:	610	501,89	ИТОГО:	460	551,48	ИТОГО:	570	502,85	ИТОГО:	510	482,64

ПЯТНИЦА

Птица отварная с соусом	80	86,21	Шницель из свинины	70	238,15	Азу из курицы	100	131,82	Гуляш из свинины	80	226,31
Макаронные отварные с овощами	120	142,13	Соус красный основной	50	21,69	Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75	Макаронные отварные с овощами	120	142,13
Хлеб пшеничный	30	67,59	Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75	Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	40	90,12
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб пшеничный	40	90,12	Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	30	60,51
Какао с молоком	200	116,16	Хлеб бородинский	30	60,51	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Компот из смеси сухофруктов	200	59,20
			Компот из смеси сухофруктов	200	59,20						
ИТОГО:	450	452,43	ИТОГО:	510	680,42	ИТОГО:	485	492,38	ИТОГО:	470	578,27

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ ПРИ 5-ДНЕВКЕ - 70,00 руб.

СУББОТА

Сыр (порциями)	10	35,30	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	100	111,57	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	267,95	Биточек рубленый из птицы	70	180,40
Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	200	225,19	Картофель отварной	120	119,92	Хлеб пшеничный	30	67,59	Соус красный основной	50	21,69
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	40	90,12	Хлеб бородинский	20	40,34	Каша перловая рассыпчатая	120	164,89
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	30	60,51	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Хлеб пшеничный	40	90,12
Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88	Яблоко	150	66,60	Хлеб бородинский	30	60,51
Яблоко	150	66,60							Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88
ИТОГО:	625	476,90	ИТОГО:	490	469,00	ИТОГО:	610	483,25	ИТОГО:	510	604,49

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ ПРИ 6-ДНЕВКЕ - 70,00 руб.

Технолог  Э.Ю. Лямцева