СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 830
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Исполнительный директор
ООО "РСК"
Глинский Ю.М.

МЕНЮ

Платное

8 октября 2024 г.

Обед с 1-4 кл — 240,44 р.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Помидоры свежие
0,28	0,05	0,95	6	25	Помидоры
					Капуста свежая
0,45	0,03	1,175	7	25	Капуста белокочанная свежая
					Огурцы свежие
0,2	0,03	0,63	3,5	25	Огурцы свежие
					Масло растительное
	9,99		89,9	10	Масло растительное
					Борщ Московский
3,7	3,26	4,62	62,17	150	Борщ Московский, Сметана
					Говядина по-мексикански
8,08	5,6	6,96	108,96	80	Говядина по-мексикански
					Рис отварной
3,35	2,14	36,37	178,13	100	Рис отварной , Масло сливочное
					Напиток из сухофруктов*
0,8	0,06	19,39	80	200	Компотная смесь, Сахар-песок, Лимонная кислота
					Хлебная корзина**
				0	Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Обед с 1-4 кл (2 комплекс) — 240,44 р.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Помидоры свежие
0,28	0,05	0,95	6	25	Помидоры
					Капуста свежая
0,45	0,03	1,175	7	25	Капуста белокочанная свежая
					Огурцы свежие
0,2	0,03	0,63	3,5	25	Огурцы свежие
					Масло растительное
	9,99		89,9	10	Масло растительное
					Бульон куриный с зеленью и яйцом
2,31	1,82	0,17	26,34	150	Бульон куриный , Яйцо куриное пищевое С1
					Гренки*
2,15	0,83	14,7	74,93	20	Хлеб пшеничный в нарезке
					Говядина по-мексикански
8,08	5,6	6,96	108,96	80	Говядина по-мексикански
					Рис отварной
3,35	2,14	36,37	178,13	100	Рис отварной , Масло сливочное
					Чай
		8	31,92	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
					Сахар порционный*
		9,99	39,9	10	Сахар порционный 5 гр
					Хлебная корзина**
				0	Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Полдник с 1-4 кл — 92,59 р.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Кекс с цукатами
3,4	9,745	28,025	213,235	80	
					Кефир
5,8	9	8	106	200	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак с 5-11 кл	150,52 р.
5,25	2,213	28,325	154,2	100	***Гречка отварная рассыпчатая*** Греча отварная , Масло сливочное	
7,725	7,875	6,375	134,775	75	***Фрикадельки по- калининградски*** Фрикадельки по калининградски	
0,23		3,19	13,75	20	***Соус томатный*** Соус томатный	
				200	***Чай**** Чай черный весовой	
		9,99	39,9	10	***Сахар порционный**** Сахар порционный 5 гр	
0,03		0,09	1,02	3	***Лимон**** Лимон	
7,13	3,75	9,75	98,75	125	***Йогурт фруктовый*** Йогурт в ассортименте	
				0	***Хлебная корзина***** Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак с 5-11 кл (2 комплекс)	150,52 р.
5,25	2,213	28,325	154,2	100	***Гречка отварная рассыпчатая*** Греча отварная , Масло сливочное	
7,725	7,875	6,375	134,775	75	***Фрикадельки по- калининградски*** Фрикадельки по калининградски	
0,23		3,19	13,75	20	***Соус томатный*** Соус томатный	
				200	***Чай**** Чай черный весовой	
		9,99	39,9	10	***Сахар порционный**** Сахар порционный 5 гр	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	***Какао на молоке**** Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
7,13	3,75	9,75	98,75	125	***Йогурт фруктовый*** Йогурт в ассортименте	
				0	***Хлебная корзина***** Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 5-11 кл	284,30 р.
0,33	0,06	1,14	7,2	30	***Помидоры свежие*** Помидоры	
0,54	0,03	1,41	8,4	30	***Капуста свежая*** Капуста белокочанная свежая	
0,24	0,03	0,75	4,2	30	***Огурцы свежие*** Огурцы свежие	
	9,99		89,9	10	***Масло растительное*** Масло растительное	
4,934	4,346	6,16	82,894	200	***Борщ Московский*** Борщ Московский, Сметана	
10,1	7	8,7	136,2	100	***Говядина по-мексикански*** Говядина по-мексикански	
4,355	2,782	47,281	231,569	130	***Рис отварной*** Рис отварной , Масло сливочное	
0,8	0,06	19,39	80	200	***Напиток из сухофруктов**** Компотная смесь, Сахар-песок, Лимонная кислота	
				0	***Хлебная корзина***** Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 5-11 кл (2 комплекс) 284,30 р.
0,33	0,06	1,14	7,2	30	***Помидоры свежие*** Помидоры
0,54	0,03	1,41	8,4	30	***Капуста свежая*** Капуста белокочанная свежая
0,24	0,03	0,75	4,2	30	***Огурцы свежие*** Огурцы свежие
	9,99		89,9	10	***Масло растительное*** Масло растительное
3,08	2,426	0,226	35,12	200	***Бульон куриный с зеленью и яйцом*** Бульон куриный , Яйцо куриное пищевое С1
2,15	0,83	14,7	74,93	20	***Гренки**** Хлеб пшеничный в нарезке
10,1	7	8,7	136,2	100	***Говядина по-мексикански*** Говядина по-мексикански
4,355	2,782	47,281	231,569	130	***Рис отварной*** Рис отварной , Масло сливочное
		8	31,92	200	***Чай*** Чай черный весовой, Сахар-песок
		9,99	39,9	10	***Сахар порционный**** Сахар порционный 5 гр
				0	***Хлебная корзина***** Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Главный технолог _____ Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 830
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Исполнительный директор
ООО "РСК"
Глинский Ю.М.

МЕНЮ

Платное

8 октября 2024 г.

284,30 р.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед учителя
					Помидоры свежие
0,33	0,06	1,14	7,2	30	Помидоры
					Капуста свежая
0,54	0,03	1,41	8,4	30	Капуста белокочанная свежая
					Огурцы свежие
0,24	0,03	0,75	4,2	30	Огурцы свежие
					Масло растительное
	9,99		89,9	10	Масло растительное
					Борщ Московский
4,934	4,346	6,16	82,894	200	Борщ Московский, Сметана
					Говядина по-мексикански
10,1	7	8,7	136,2	100	Говядина по-мексикански
					Рис отварной
4,355	2,782	47,281	231,569	130	Рис отварной , Масло сливочное
					Напиток из сухофруктов*
0,8	0,06	19,39	80	200	Компотная смесь, Сахар-песок, Лимонная кислота
					Хлебная корзина**
				0	Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Главный технолог _____

Зав. производством _____