



**Меню на 18.10.2022 по ООО "Комбинат школьного питания"  
для питания учащихся в городе Орск школа №35**

| Вид меню / Наименование блюда                                      | Цена (руб)   | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры    |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------|
|                                                                    |              |               | Б                    | Ж    | У     |                                |                |
| <b>Школ.завтрак 74,00 (7-11 лет) Орск</b>                          | <b>74,00</b> |               |                      |      |       |                                |                |
| Плов из бройлерного цыпленка                                       | 49,82        | 60/150        | 18,33                | 20,8 | 38,05 | 411,04                         | Лапшина 492    |
| Сок фруктовый                                                      | 12,38        | 200           | 1                    | 0,2  | 20,4  | 92                             | Лапшина 707    |
| Хлеб пшеничный                                                     | 1,59         | 30            | 2,28                 | 0,24 | 14,76 | 70,32                          | пром. произ-во |
| Булочка ванильная с сахаром                                        | 7,69         | 40            | 2,97                 | 3,0  | 19,79 | 119,18                         | пром. произ-во |
| Огурец порционно                                                   | 2,52         | 20            | 0,14                 | 0    | 0,36  | 2                              | Тутельян71     |
| <b>Школ.завтрак 60,00+12,60 (с 12-и лет) Орск</b>                  | <b>72,60</b> |               |                      |      |       |                                |                |
| Плов из бройлерного цыпленка                                       | 49,82        | 60/150        | 18,33                | 20,8 | 38,05 | 411,04                         | Лапшина 492    |
| Сок фруктовый                                                      | 12,99        | 210           | 1,05                 | 0    | 22,3  | 92,4                           | Лапшина 707    |
| Хлеб пшеничный                                                     | 1,59         | 30            | 2,28                 | 0,24 | 14,76 | 70,32                          | пром. произ-во |
| Булочка с повидлом                                                 | 8,20         | 40            | 2,9                  | 2,9  | 20,6  | 125,2                          | пром. произ-во |
| <b>Школ.завтрак ОБЗ 59,10 Орск</b>                                 | <b>59,10</b> |               |                      |      |       |                                |                |
| Плов из бройлерного цыпленка                                       | 46,64        | 60/150        | 18,33                | 20,8 | 38,05 | 411,04                         | Лапшина 492    |
| Чай с сахаром                                                      | 2,27         | 200           | 0,2                  | 0    | 15,03 | 57,19                          | Лапшина 685    |
| Хлеб пшеничный                                                     | 1,59         | 30            | 2,28                 | 0,24 | 14,76 | 70,32                          | пром. произ-во |
| Булочка с повидлом                                                 | 8,60         | 40            | 2,9                  | 2,9  | 20,6  | 125,2                          | пром. произ-во |
| <b>Школ.завтрак ОБЗ 8,50 (второй) Орск</b>                         | <b>8,50</b>  |               |                      |      |       |                                |                |
| Фрукты мытые поштучно                                              | 8,50         | 100           | 0,4                  | 0,4  | 9,8   | 44,4                           | Тутельян 368   |
| <b>Школ.обед 75,00+12,60 (с 12 лет) Орск при 1 разовом питании</b> | <b>87,60</b> |               |                      |      |       |                                |                |
| Огурец порционно                                                   | 4,93         | 40            | 0,28                 | 0    | 0,72  | 4                              | Тутельян 71    |
| Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей                 | 19,13        | 270           | 7,72                 | 5,81 | 22,23 | 171,22                         | Лапшина 143    |
| Котлеты или биточки рыбные                                         | 27,00        | 90            | 12,34                | 6,8  | 15,96 | 172,46                         | Лапшина 388    |
| Сложный гарнир (капуста и картофель)                               | 20,91        | 180           | 4,16                 | 4,97 | 25,74 | 160,2                          | Лапшина 553    |
| Сок фруктовый                                                      | 12,38        | 200           | 1                    | 0,2  | 20,4  | 92                             | Лапшина 707    |
| Хлеб пшеничный                                                     | 1,59         | 30            | 2,28                 | 0,24 | 14,76 | 70,32                          | пром. произ-во |
| Хлеб ржаной                                                        | 1,66         | 30            | 1,98                 | 0,36 | 11,88 | 59,4                           | пром. произ-во |

Ст. технолог:

*Л.Б. Кайдашова*

Калькулятор:

*Л.Б. Кайдашова*