



**Меню на 03.02.2023 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 68,52 (7-11 лет) Орск</b>                          | <b>68,52</b> |               |                      |       |       |                                |                |
| Фрукты мытые поштучно                                              | 13,79        | 130           | 0,5                  | 0,5   | 14,3  | 59,8                           | Тутельян 368   |
| Масло сливочное порциями                                           | 8,25         | 10            | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                           | Лапшина 96     |
| Сыр порциями                                                       | 14,10        | 18            | 4,18                 | 5,32  | 0     | 64,8                           | Тутельян 7     |
| Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным                    | 15,83        | 200/5         | 7,74                 | 7,1   | 34,25 | 231,87                         | Лапшина 302    |
| Чай с лимоном                                                      | 2,98         | 207           | 0,29                 | 0     | 7,39  | 29,38                          | Лапшина 686    |
| Батон нарезной                                                     | 3,18         | 30            | 2,31                 | 0,24  | 15,06 | 72,9                           | пром. произ-во |
| Вафли (поштучно)                                                   | 10,39        | 48            | 3,12                 | 14,93 | 27,6  | 253                            | пром. произв.  |
| <b>Школ.завтрак 60,00+12,60 (с 12-и лет) Орск</b>                  | <b>72,60</b> |               |                      |       |       |                                |                |
| Фрукты мытые поштучно                                              | 13,86        | 130           | 0,5                  | 0,5   | 14,3  | 59,8                           | Тутельян 368   |
| Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным                       | 53,44        | 170/5         | 21,45                | 21,06 | 38,16 | 429,69                         | Лапшиной 719   |
| Чай с лимоном                                                      | 3,30         | 205           | 0,24                 | 0     | 15,19 | 57,75                          | Лапшина 686    |
| Хлеб пшеничный                                                     | 2,00         | 40            | 3,04                 | 0,36  | 19,36 | 92,8                           | пром. произ-во |
| <b>Школ.завтрак ОВЗ 62,80 Орск</b>                                 | <b>62,80</b> |               |                      |       |       |                                |                |
| Фрукты мытые поштучно                                              | 13,54        | 130           | 0,5                  | 0,5   | 14,3  | 59,8                           | Тутельян 368   |
| Сыр порциями                                                       | 8,66         | 11            | 2,95                 | 4,9   | 0     | 40                             | Тутельян 7     |
| Масло сливочное порциями                                           | 8,08         | 10            | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                           | Лапшина 96     |
| Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным                    | 15,46        | 200/5         | 7,74                 | 7,1   | 34,25 | 231,87                         | Лапшина 302    |
| Чай с лимоном                                                      | 3,49         | 200/9         | 0,29                 | 0     | 7,39  | 29,38                          | Лапшина 686    |
| Батон нарезной                                                     | 3,18         | 30            | 2,31                 | 0,24  | 15,06 | 72,9                           | пром. произ-во |
| Вафли (поштучно)                                                   | 10,39        | 48            | 3,12                 | 14,93 | 27,6  | 253                            | пром. произв.  |
| <b>Школ.завтрак ОВЗ 8,50 (второй) Орск</b>                         | <b>8,50</b>  |               |                      |       |       |                                |                |
| Сок фруктовый                                                      | 8,50         | 150           | 0,75                 | 0     | 15,9  | 66                             | Лапшина 707    |
| <b>Школ.обед 75,00+12,60 (с 12 лет) Орск при 1 разовом питании</b> | <b>87,60</b> |               |                      |       |       |                                |                |
| Фрукты мытые поштучно                                              | 19,81        | 100           | 0,8                  | 0,2   | 7,5   | 35                             | Тутельян 368   |
| Рассольник "Ленинградский"                                         | 11,98        | 250/5         | 2,1                  | 5,11  | 16,59 | 120,75                         | Тутельян 76    |
| Гуляш                                                              | 38,45        | 90            | 9,46                 | 18,08 | 4,11  | 216,06                         | Лапшина 437    |
| Макароны отварные                                                  | 7,63         | 150           | 5,37                 | 4,3   | 38,4  | 204,02                         | Лапшина 516    |
| Компот из свежих замороженных ягод                                 | 6,48         | 200           | 0,27                 | 0,06  | 17,76 | 72,71                          | Тутельян 375   |
| Хлеб пшеничный                                                     | 1,59         | 30            | 2,28                 | 0,27  | 14,52 | 71,4                           | пром. произ-во |
| Хлеб ржаной                                                        | 1,66         | 30            | 1,98                 | 0,33  | 12,3  | 60                             | пром. произ-во |

Ст. технолог:

*С.Р.*

Калькулятор:

*Л.Б. Кайдашова*