

ООО "Арнест-Сервис"
Комплексное меню школа № 12.
25 сентября 2024г.
Среда

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная рисовая с маслом	176,38	250
Чай с сахаром	28,00	200
Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	75	10
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Сыр Российский	36,4	10
Итого :	347,70	500

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Обед</u>		
Суп картофельный с макаронами	83,80	200
Цыпленок тушеный в томатном соусе с овощами	253,12	90
Каша гречневая с маслом	245,81	160
Кисель из свежих фруктов	110,80	200
Овощи свежие в нарезке (огурцы)	2,40	60
Хлеб ржаной	77,40	30
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Итого :	805,25	710

Комплекс для детей с ограниченными возможностями

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная рисовая с маслом	281,42	300
Чай с сахаром	28,00	200
Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	75	10
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Сыр Российский	36,4	10
Итого :	452,74	550

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Обед</u>		
Суп картофельный с макаронами	123,88	250
Цыпленок тушеный в томатном соусе с овощами	391,46	100
Каша гречневая с маслом	380,75	180
Кисель из свежих фруктов	110,80	200
Овощи свежие в нарезке (огурцы)	2,40	60
Хлеб ржаной	77,40	30
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Итого :	1118,61	850

УТВЕРЖДАЮ :
ДИРЕКТОР ООО "Арнест-Сервис"

Директор М.П. Плотвина З.Д.

ООО "Арнест-Сервис"
Комплексное меню школа № 12.
26 сентября 2024г.
Четверг

Наименование блюд	Калорий- ность блюда	выход блюда (г)
<u>Завтрак</u>		
Пудинг из творога с манной крупой со сгущенным молоком	246,4	240
Кофейный напиток с молоком	109,00	200
Сыр Российский	72,8	20
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	75	10
Итого :	535,12	500

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Обед</u>		
Суп картофельный с бобовыми	107,80	200
Биточек рыбный	120,38	90
Рис отварной с маслом	336,18	160
Сок фруктовый консервированный	100,8	200
Овощи свежие в нарезке (огурцы)	2,4	60
Хлеб ржаной	77,40	30
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Итого :	776,88	770

Комплекс для детей с ограниченными возможностями

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Завтрак</u>		
Пудинг из творога с манной крупой со сгущенным молоком	280	250
Кофейный напиток с молоком	109,00	200
Сыр Российский	72,8	20
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	75	10
Итого :	568,72	510

Наименование блюд	Калорий- ность блюда	выход блюда (г)
<u>Обед</u>		
Суп картофельный с бобовыми	156,11	250
Биточек рыбный	320,14	100
Рис отварной с маслом	356,51	180
Сок фруктовый консервированный	100,8	200
Овощи свежие в нарезке (огурцы)	2,4	60
Хлеб ржаной	77,40	30
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Итого :	1045,28	850

М.П. Плотвина З.Д.
Директор

ООО "Арнест-Сервис"
Комплексное меню школы № 12.
27 сентября 2024г.
Пятница

Наименование блюд	Калорий- ность блюда	выход блюда (г)
<u>Завтрак</u>		
Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом	369,00	250
Чай с лимоном	42,49	207
Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	75	10
Сыр Российский	54,6	15
Хлеб пшеничный 1 сорт	42,56	40
Итого :	583,65	522

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Обед</u>		
Борщ Ставропольский	82,00	200
Плов из филе куриного	589,06	200
Компот из свежих фруктов	99,00	200
Овощи свежие в нарезке (помидоры)	7,2	60
Хлеб ржаной	77,40	30
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Итого :	886,58	720

Комплекс для детей с ограниченными возможностями

Наименование блюд	Калорий- ность блюда (ккал.)	выход блюда (г)
<u>Завтрак</u>		
Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом	369,00	250
Чай с лимоном	42,49	207
Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	75	10
Сыр Российский	54,6	15
Хлеб пшеничный 1 сорт	42,56	40
Итого :	583,65	522

Наименование блюд	Калорий- ность блюда	выход блюда (г)
<u>Обед</u>		
Борщ Ставропольский	115,79	250
Плов из филе куриного	694,22	250
Компот из свежих фруктов	99,00	200
Овощи свежие в нарезке (помидоры)	7,2	60
Хлеб ржаной	77,40	30
Хлеб пшеничный 1 сорт	31,92	30
Итого :	1025,53	820