

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
«Столовая Генеральная» директор
АО «СТОЛОВАЯ № 14»
Филиал г. Петрозаводск

МЕНЮ (Льготное)

14.09.22 2022 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2022год
180/5	Каша рисовая с маслом сливочным Крупа рисовая, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 4,66 г, Ж - 7,51 г, У - 27,76 г, ЭЦ - 189,7 ккал
10:	Сыр порции Б - 2,3 г, Ж - 2,96 г, У - 0 г, ЭЦ - 36,33 ккал
180	Какао молоком Какао порошок, Сахар песок Б - 2,81 г, Ж - 2,25 г, У - 22,32 г, ЭЦ - 121 ккал
25	Батон обогащенный микронутриентами Б - 2 г, Ж - 1,18 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал
30	Пряник Б - 1,8 г, Ж - 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,80 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2022 год
60	Салат из свеклы отварной с маслом растительным Свекла свежая, Масло растительное, Соль Б - 2,7 г, Ж - 0,53 г, У - 3,6 г, ЭЦ - 54 ккал
200/5/5	Щи из свежей капусты с картофелем, курой отварной и сметаной Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное Б - 4,8 г, Ж - 8 г, У - 8,2 г, ЭЦ - 189 ккал
90	Котлета рыбная любительская Минтай филе с/м, Морковь свежая, Лук репчатый, Батон нарезан обжаренный, Яйца куриные, Молоко, Масло растительное, Соль Б - 10,26 г, Ж - 3,35 г, У - 5,4 г, ЭЦ - 98 ккал
150	Пюре картофельное Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,1 г, Ж - 5,4 г, У - 20,3 г, ЭЦ - 141 ккал
200	Кисель плодово-ягодный Клюква плодово-ягодный из концентриата, Сахар песок Б - 0,3 г, Ж - 0,1 г, У - 27,90 г, ЭЦ - 113 ккал
40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2022год
100	Салат из свеклы отварной с маслом растительным Свекла свежая, Масло растительное, Соль Б - 4,1 г, Ж - 10,88 г, У - 6 г, ЭЦ - 97 ккал
250/15/5	Щи из свежей капусты с картофелем, курой отварной и сметаной Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное Б - 6,17 г, Ж - 10,3 г, У - 30,54 г, ЭЦ - 243 ккал
100	Котлета рыбная любительская Минтай филе с/м, Морковь свежая, Лук репчатый, Батон нарезан обжаренный, Яйца куриные, Молоко, Масло растительное, Соль Б - 13,6 г, Ж - 3,6 г, У - 5,79 г, ЭЦ - 110 ккал
180	Пюре картофельное Картофель сладкий, Масло сливочное, Соль Б - 5,2 г, Ж - 6,48 г, У - 22,3 г, ЭЦ - 169 ккал
200	Кисель плодово-ягодный Клюква плодово-ягодный из концентриата, Сахар песок Б - 0,11 г, Ж - 0,1 г, У - 27,90 г, ЭЦ - 113 ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 130 ккал
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
30	Пряник Б - 1,8 г, Ж - 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,80 ккал