

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО «СТОЛОВАЯ № 14»  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)**

**10 день**

03 Января 2024 г.

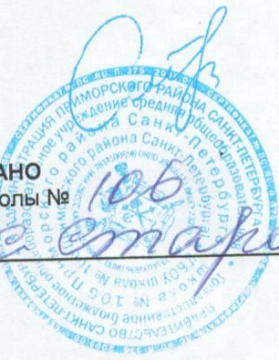
Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2024 год	
	<b>Омлет натуральный</b>	
150	Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль	Б - 14,4 г, Ж - 18,87 г, У - 14,6 г, ЭЦ - 283,63 ккал
	<b>Чай с лимоном</b>	
200/5	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий	Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал
	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>	
25		Б - 2г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал
	<b>Зефир витаминизированный</b>	
35		Б - 0,63г, Ж - 0,1 г, У - 23,2 г, ЭЦ - 101,60 ккал
	<b>Яблоко свежее</b>	
100		Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал
Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2024 год	
	<b>Салат из квашеной капусты</b>	
60	Капуста квашеная, Лук зелёный, Сахар-песок, Масло растительное	Б - 0,96 г, Ж - 3,06 г, У - 4,62 г, ЭЦ - 49,8 ккал
	<b>Суп-лапша домашняя с курицей</b>	
200/10	Лапша домашняя, Филе куриное отварное, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль	Б - 5,66 г, Ж - 4,5 г, У - 13,84 г, ЭЦ - 118,1 ккал
	<b>Плов с куриным филе</b>	
240	Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль	Б - 15,47 г, Ж - 16,44 г, У - 39,1 г, ЭЦ - 371,2 ккал
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	
200	Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная	Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 г, ЭЦ - 97,2 ккал
	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>	
40		Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал
	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>	
50		Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы № 106  
Ф.И.О.

*И.С. Сташков*



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "СТОЛОВАЯ № 14"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)**

**10 день**

*Ф.В. Иван* 2024 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из квашеной капусты</b> Капуста квашеная, Лук зелёный, Сахар-песок, Масло растительное Б - 1,6 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал
250/15	<b>Суп-лапша домашняя с курицей</b> Лапша домашняя, Филе куриное отварное, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль ккал Б - 11,2 г, Ж - 13,5 г, У - 19,7 г, ЭЦ - 238,7
280	<b>Плов с куриным филе</b> Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль Б - 18,0г, Ж - 19,18 г, У - 45,6 г, ЭЦ - 433,1 ккал
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 ЭЦ - 97,2 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
35	<b>Зефир витаминизированный</b> Б - 0,63 г, Ж - 0,2 г, У - 23,2 г, ЭЦ - 101,6 ккал
150	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал
100	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 67 ккал

Главный технолог

*И.С. Сташков*

Зав. производством

*Ф.В. Иван*