

18 Мая 2021 г.

МЕНЮ 8 день 213

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевы	ККал		

ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

4.65	7.5	20.1	168	150/5	Каша -Дружба- с маслом сливочным
0.12	0.22	0.21	3	020/5/15	Бутерброд с джемом или повидлом
1.5	1.3	22.44	107	200	Кофейный напиток с молоком
0.31	0	7.38	33	100	Груша
7	9	50	311		

ОБЕД- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

0.66	6.06	2.22	66	060	Салат Половинский с китайской капустой
2.48	4.48	4.16	67	200/5	Щи из квашеной капусты со сметаной
14.88	11.36	13.6	216	080	Котлеты из курицы п-ф
3.24	12.48	12.74	176	150	Рагу из овощей I
0.11	0.11	27.67	114	200	Кисель плодово-ягодный с витамином С
3.8	1.6	20.4	125	1/100-125	Йогурт фруктовый в инд.упак.
1.65	0.25	10.5	53	025	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
1.88	0.75	12.75	65	025	Батон нарезной обогащённый
29	37	104	882		

ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ-БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

1.1	10.1	3.7	110	100	Салат Половинский с китайской капустой
3.2	5.7	7.4	94	250/5	Щи из квашеной капусты со сметаной
18.6	14.2	17	270	100	Котлеты из курицы п-ф
4.32	5.52	45.24	247	180	Гречневая каша
0.11	0.11	27.67	114	200	Кисель плодово-ягодный с витамином С
2.64	0.4	16.8	86	040	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
3	1.2	20.4	104	040	Батон нарезной обогащённый
0.4	0	11.5	49	100	Апельсины
33	37	150	1074		

Руководитель _____ Иванов Ю.А.

Зав.Производством _____

Калькулятор _____

Директор ГБОУ СОШ № 213
Фрунзенского района
Санкт-Петербурга

Д.В. Чинёнов



19 Мая 2021 г.

МЕНЮ 9 день 213

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углева	ККал		

ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

17.45	45.68	2.73	297	150	Омлет натуральный
3.22	2.78	27.56	149	200	Какао с молоком
7.5	7.5	16.5	268	025/5/20	Бутерброд с маслом и сыром
0.16	0	0.8	24	040	Помидор свежий
28	56	48	738		

ОБЕД- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

0.24	0	1.2	36	060	Огурец свежий
2.48	5.04	13.84	110	200/10/5	Расольник ленинградский с говядиной и сметаной
10.72	7.68	4.72	130	080	Печень по- строгановски
5.5	4.8	31.3	191	150	Макароны отварные
0.6	0.1	31.67	131	200	Компот из сухофруктов с витамином С
1.65	0.25	10.5	53	025	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
1.88	0.75	12.75	65	025	Батон нарезной обогащённый
23	19	106	716		

ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ-БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

0.7	10.1	2.3	103	100	Салат из свежих огурцов с м-р
3.1	6.3	17.3	138	250/10/5	Расольник ленинградский с говядиной и сметаной
16.75	10.75	11.13	210	100	Печень тушеная в соусе сметанном
6.61	5.76	37.57	229	180	Макароны отварные
0.6	0.1	31.67	131	200	Компот из сухофруктов с витамином С
2.64	0.4	16.8	86	040	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
3	1.2	20.4	104	040	Батон нарезной обогащённый
33	35	137	1001		

Руководитель

Иванов Ю.А.

Зав.Производством

Бухгалтер-калькулятор

Калькулятор

Ю.А.И.

Директор ГБОУ СОШ № 213
Фрунзенского района
Санкт-Петербурга

Д.В. Чинёнов



20 Мая 2021 г.

МЕНЮ 10 день 213

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевы	ККал		

ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

4.6	6.2	20.7	157	150/5	Каша манная жидкая с маслом
0.22	0.11	16.67	67	200	Чай с сахаром
0	0	0	0	025/10	Бутерброд с маслом
0.31	0	7.38	33	100	Груша
5	6	45	257		

ОБЕД- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

0.9	6.06	2.64	69	060	Салат Школьные годы с китайской капустой
1.98	3.26	7.62	67	200/10/5	Борщ с картофелем, свиной и сметаной
11.14	10.8	12.91	194	080	Котлета рыбная любительская
3.06	5.88	19.2	141	150	Картофельное пюре с морковью
0.22	0	28.56	117	200	Напиток лимонный
3.8	1.6	20.4	125	1/100-125	Йогурт фруктовый в инд.упак.
1.65	0.25	10.5	53	025	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный
1.88	0.75	12.75	65	025	Батон нарезной обогащенный
25	29	115	831		

ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ-БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

1.5	10.1	4.4	115	100	Салат Школьные годы с китайской капустой
2.48	4.08	9.52	84	250/10/5	Борщ с картофелем, свиной и сметаной
13.93	13.5	16.14	243	100	Котлета рыбная любительская
3.67	7.06	23.04	169	180	Картофельное пюре с морковью
0.22	0	28.56	117	200	Напиток лимонный
2.64	0.4	16.8	86	040	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный
3	1.2	20.4	104	040	Батон нарезной обогащенный
27	36	119	918		

Руководитель

Иванов Ю.А.

Зав.Производством

Бухгалтер-калькулятор

Калькулятор

Иванов Ю.А.

Директор ГБОУ СОШ № 213
Фрунзенского района
Санкт-Петербурга

Д.В. Чинёнов



21 Мая 2021 г.

МЕНЮ 11 день 213

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

ЗАВТРАК- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

36.3	19.65	43.95	505	150/30	Запеканка творожная с повидлом
1.78	1.78	19.22	97	200	Чай с молоком
4.5	4.5	9.9	161	015/20	Бутерброд с колбасой п-к
0.33	0	8.6	40	100	Яблоко
43	26	82	803		

ОБЕД- БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

1.8	3.12	4.32	52	060	Винегрет овощной
3.12	2.24	16	97	200	Суп картофельный с макаронами
15.5	11.5	3.6	180	050/50	Птица, тушёная в сметанном соусе
3.7	6.3	32.8	203	150	Рис отварной
1.07	0.27	20.27	92	200	Сок фруктовый
1.65	0.25	10.5	53	025	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
1.88	0.75	12.75	65	025	Батон нарезной обогащённый
29	24	100	742		

ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ-БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

3	5.2	7.2	87	100	Винегрет овощной
3.9	2.8	20	121	250	Суп картофельный с макаронами
18.6	13.8	4.32	216	120	Птица, тушёная в сметанном соусе
4.44	7.56	39.36	244	180	Рис отварной
1.07	0.27	20.27	92	200	Сок фруктовый
2.64	0.4	16.8	86	040	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
3	1.2	20.4	104	040	Батон нарезной обогащённый
37	31	128	950		

Руководитель _____ Иванов Ю.А.

Зав.Производством
Калькулятор

Калькулятор

Директор ГБОУ СОШ № 213
Пушкинского района
Санкт-Петербурга

Д.В. Чинёнов



22 Мая 2021 г.

МЕНЮ 12 день 213

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевы	ККал		

ОБЕД ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ-БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ

2.3	8.7	15	146	100	Салат из солёных огурцов с луком
3.6	2.86	19.2	118	250/10	Суп картофельный с курой
33	17.4	5.8	312	100	Зразы рубленые из говядины (паровые)
3.89	14.98	15.3	211	180	Рагу овощное (2 вар.)
0.1	0	25.2	96	200	Напиток апельсиновый с витамином -С-
2.64	0.4	16.8	86	040	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый
3	1.2	20.4	104	040	Батон нарезной обогащённый
0.33	0	8.6	40	100	Яблоко
49	46	126	1113		

Руководитель _____ Иванов Ю.А.

Зав.Производством _____

Калькулятор _____



Директор ГБОУ СОШ № 213
 Кузнецкого района
 Санкт-Петербурга



Д.В. Чинёнов