

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

МЕНЮ

на 24.02.2021г

С 7 до 11 лет

ОВЗ с 7 до 11 лет

среда

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		

завтрак

Каша пшенная с маслом слив.	150/5	4,12	5,7	31,92	195,69	112
Булочка со сг.молоком	50/20	5,09	7,6	41,84	255,78	№6
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	299
Итого за завтрак		9,21	13,3	85,04	496,59	
Цена	28-50					

обед

Сосиска отварная	60	6,60	14,34	0,96	159,60	205
Рожки отварные	135	4,96	4,76	31,79	189,98	227
Овощи свежие (огурец)	25	0,20	0,025	0,082	3,50	246
Хлеб пшен. с микронутр	25	1,90	0,20	12,30	58,75	122
Печенье	30	1,5	6,3	12,9	114,0	
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	10,40	45,00	89
Итого за обед		15,68	26,03	80,47	619,47	
Итого за день		24,89	39,33	165,51	1116,06	
Цена	75-50					

с 11 лет и старше

ОВЗ

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		

Сосиска отварная	60	6,60	14,34	0,96	159,60	205
Рожки отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10	227
Овощи свежие (огурец)	25	0,20	0,025	0,082	3,50	246
Хлеб пшен. с микронутр	25	1,90	0,20	12,30	58,75	122
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	299
Вафли	37	1,85	8,88	22,94	177,6	
Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	10,40	45,00	89
Итого за обед		9,47	14,4	81,93	496,07	

Директор

зав.производством



П.А. Пушвенцев

О.А.Оборина

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

МЕНЮ

на 25.02.2021г

С 7 до 11 лет

ОВЗ с 7до 11 лет

четверг

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
завтрак						
Каша овсянная с маслом слив.	150/5	4,76	7,57	19,16	163,78	109
Бутерброд с маслом	20/10	1,72	7,4	9,86	114,4	377
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	299
Итого за завтрак		6,48	14,97	40,3	323,3	
Цена	28-50					

обед						
"Ежики" из говядины с рисом в соусе сметанном с томатом	50/30	7,32	10,82	7,55	156,91	202/456
Пюре картофельное	120	2,83	5,40	20,72	142,80	241
Хлеб пшен. с микронутр	25	1,90	0,20	12,30	58,75	122
Булочка "Молочная"	50	3,65	5,90	30,73	190,18	314
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Итого за обед		17,7	22,52	77,1	584,64	
Итого за день		24,18	37,49	117,4	907,94	
Цена	75-50					

с 11 лет и старше

ОВЗ

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
с 11 лет и старше						
"Ежики" из говядины с рисом в соусе сметанном с томатом	50/30	7,32	10,82	7,55	156,91	202/456
Пюре картофельное	150	3,19	6,07	23,29	160,45	241
Зеленый горошек	15	0,46	0,49	1,04	11,68	229
Хлеб пшен. с микронутр	25	1,90	0,20	12,30	58,75	122
Булочка "Молочная"	50	3,65	5,90	30,73	190,18	314
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Итого		18,76	23,19	80,00	606,29	
Цена	84-66					

Директор

П.А. Пушвенцев

зав.производством

О.А.Оборина



ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»
(ул.Балахнина 128)

МЕНЮ

на 26.02.2021г

С 7 до 11 лет

ОВЗ с 7 до 11 лет

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		

завтрак

Каша ячневая с маслом слив.	150/5	5,42	5,9	29,66	193,4	115
Расстегай	75	5,80	4,86	36,12	211,62	335
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	229
Итого за завтрак		12,28	14,11	61,46	450,14	

обед

Мясо тушеное	40/30	12,25	4,25	2,09	95,55	191
Рис припущеный	100	2,48	3,63	25,18	143,37	225
овощи свежие (помидор)	20	0,22	0,04	0,92	4,60	246
Компот из сух.фруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	283
Хлеб пшен./рж с микронутр	20/20	2,64	1,40	24,44	44,64	122/123
Итого за обед		18,15	9,32	80,52	401,95	
Итого за день		30,43	23,43	141,98	852,09	

с 11 лет и старше

ОВЗ

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		

Мясо тушеное	40/30	12,25	4,25	2,09	95,55	191
Рис припущеный	150	3,72	5,13	37,77	215,05	225
овощи свежие (помидоры)	30	0,37	0,06	1,32	8,35	246
Компот из сух.фруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	283
Хлеб пшен./рж с микронутр	20/20	2,64	1,40	24,44	44,64	122/123
Итого за обед		19,54	10,84	93,51	477,38	
Цена	84-66					

Директор
зав.производством



П.А. Пушвенцев

О.А.Оборина

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»
(ул.Балахнина 128)

МЕНЮ

на 27.02.2021г

С 7 до 11 лет

ОВЗ с 7до 11 лет

СУББОТА

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		

обед

Кура отварная	100	15,86	11,90	0,00	184,24	212
Греча рассыпчатая	180	7,56	4,70	39,00	228,60	219
ог.консервированный	20	0,70	0,00	0,34	4,00	247
Витаминный напиток	200	2,00	0,20	5,80	36,00	
Хлеб пшен./рж с микронутр	20/20	2,64	1,40	24,44	44,64	122/123
Итого за обед		28,76	18,20	69,58	461,48	
Цена	84-66					



Директор
зав.производством

П.А. Пушвенцев
О.А.Оборина