

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 27.05.21г

четверг

Комплекс горячего питания ОВЗ с 7 до 11 лет на сумму 104-00р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак1</b>						
Оладьи с повидлом	150/30	10,19	9,4	88,71	480,28	327
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,28</b>	<b>14,11</b>	<b>61,46</b>	<b>528,92</b>	
<b>завтрак2</b>						
Йогурт 2,5%	90	2,97	2,25	10,17	72,90	
Каша "Дружба" с маслом слив.	200/10	6,55	8,33	35,09	241,11	102
Пирожок печеный с мясом	75	9,20	8,88	29,45	240,52	557/624
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	229
Хлеб пшен. с микронутр	30	1,88	1,13	12,58	12,58	64,5
Фрукт	130	0,52	0,52	13,52	58,50	89
<b>Итого</b>		<b>21,12</b>	<b>21,11</b>	<b>112,09</b>	<b>670,73</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>33,4</b>	<b>35,22</b>	<b>173,55</b>	<b>1199,65</b>	

Комплекс горячего питания с 7 до 11 лет на сумму 75-50р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак</b>						
Йогурт 2,5%	90	2,97	2,25	10,17	72,90	
Каша "Дружба" с маслом слив.	200/10	6,41	8,16	34,41	236,52	102
Пирожок печеный с мясом	75	9,20	8,88	29,45	240,52	557/624
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	229
Хлеб пшен. с микронутр	30	1,88	1,13	12,58	12,58	64,5
Фрукт	130	0,52	0,52	13,52	58,50	89
<b>Итого</b>		<b>20,98</b>	<b>20,94</b>	<b>111,41</b>	<b>666,14</b>	

Комплекс горячего питания с 12 лет и старше на сумму 84-66р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Йогурт 2,5%	90	2,97	2,25	10,17	72,90	
Каша "Дружба" с маслом слив.	220/10	7,13	9,07	38,24	262,80	102
Пирожок печеный с мясом	75	9,20	8,88	29,45	240,52	557/624
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	229
Хлеб пшен. с микронутр	30	1,88	1,13	12,58	12,58	64,5
Фрукт	150	0,60	0,60	15,60	67,50	89
<b>Итого</b>		<b>21,78</b>	<b>21,93</b>	<b>117,32</b>	<b>701,42</b>	

зав.производством

О.А.Оборина

Директор

П.А. Пушвинцев

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»  
(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 26.05.21г

среда

Комплекс горячего питания ОВЗ с 7 до 11 лет на сумму 104-00р

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

завтрак 1

Каша манная с маслом слив	150/5	6,2	8,05	31,09	222,02	107
Бутерброд с маслом сливоч.	30/10	2,33	8,49	14,84	145,30	379
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	229
<b>Итого за завтрак</b>		<b>8,53</b>	<b>16,54</b>	<b>57,21</b>	<b>412,44</b>	

завтрак 2

Салат из св.огурцов	60	0,43	6,04	1,80	62,16	16
"Ёжики" из говяд. в молочном соусе	90	7,98	11,80	8,23	171,33	202/256
Пюре картофельное	150/5	3,19	6,07	23,29	160,45	241
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
<b>Итого</b>		<b>17,2</b>	<b>24,59</b>	<b>60,56</b>	<b>535,24</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>25,73</b>	<b>41,13</b>	<b>117,77</b>	<b>947,68</b>	

Комплекс горячего питания с 7 до 11 лет на сумму 75-50р

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

завтрак

Салат из св.огурцов	60	0,43	6,04	1,80	62,16	16
"Ёжики" из говяд. в молочном соусе	90	7,98	11,80	8,23	171,33	202/256
Пюре картофельное	150/5	3,19	6,07	23,29	160,45	241
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
<b>Итого</b>		<b>17,2</b>	<b>24,59</b>	<b>60,56</b>	<b>535,24</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>25,73</b>	<b>41,13</b>	<b>117,77</b>	<b>947,68</b>	

Комплекс горячего питания с 12 лет и старше на сумму 84-66 р.

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

Салат из св.огурцов	100	0,72	10,08	3,00	103,60	16
"Ёжики" из говяд. в молочном соусе	120	10,64	15,74	10,98	228,44	202/256
Салат из св.огурцов	100	0,72	10,08	3,00	103,60	16
Пюре картофельное	180	3,82	7,28	27,94	192,54	241
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
<b>Итого</b>		<b>20,78</b>	<b>33,78</b>	<b>69,16</b>	<b>665,88</b>	

зав.производством



О.А.Оборина

Директор



П.А. Пушвинцев

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 25.05.21г

вторник

Комплекс горячего питания ОВЗ с 7 до 11 лет на сумму 104-00р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак 1</b>						
Каша рисовая с маслом слив.	150/5	5,12	6,62	32,61	210,13	114
Пирожок печеный с повидлом	75	4,11	4,76	35,9	234,15	335
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,28</b>	<b>14,11</b>	<b>61,46</b>	<b>492,92</b>	

<b>завтрак 2</b>						
Кура в соусе с томатом (филе)	90	23,01	27,75	3,62	356,19	210
Греча рассыпчатая	150	5,82	3,62	30,00	175,85	219
Чай с/с с лимоном	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Сыр порционный	20	4,17	5,31	0,00	65,52	366
<b>Итого</b>		<b>36,67</b>	<b>37,17</b>	<b>70,37</b>	<b>764,48</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>48,95</b>	<b>51,28</b>	<b>131,83</b>	<b>1257,4</b>	

Комплекс горячего питания с 7 до 11 лет на сумму 75-50р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак</b>						
Кура в соусе с томатом (филе)	90	23,01	27,75	3,62	356,19	210
Греча рассыпчатая	150	5,82	3,62	30,00	175,85	219
Чай с/с с лимоном	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Сыр порционный	20	4,17	5,31	0,00	65,52	366
<b>Итого</b>		<b>36,67</b>	<b>37,17</b>	<b>70,37</b>	<b>764,48</b>	

Комплекс горячего питания с 12 лет и старше на сумму 84-66р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Кура в соусе с томатом (филе)	120	29,91	36,07	4,70	463,04	210
Греча рассыпчатая	180	7,56	4,70	39,00	228,60	219
Чай с/с с лимоном	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Сыр порционный	20	4,17	5,31	0,00	65,52	366
<b>Итого</b>		<b>45,31</b>	<b>46,57</b>	<b>80,45</b>	<b>924,08</b>	

зав.производством



О.А.Оборина

Директор



П.А. Пушвинцев

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»  
(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 24.05.21г

понедельник

Комплекс горячего питания ОБЗ с 7 до 11 лет на сумму 104-00р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак 1</b>						
Каша пшеничная с маслом слив.	150/5	6,55	8,33	35,09	241,11	102
Булочка со сл.молоком	50/25	4,15	1,66	56,28	256,63	588
Чай с/с	200	0,00	0,00	11,28	45,12	229
<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,28</b>	<b>14,11</b>	<b>61,46</b>	<b>542,86</b>	
<b>завтрак 2</b>						
Сосиска отварная	90	6,60	14,34	0,96	159,60	205
Макаронные изделия	150	5,52	5,30	35,33	211,10	227
Салат из св.помидор	60	0,60	6,09	2,76	68,35	22
Кондитерка	35	5,00	13,00	56,00	360,00	
Хлеб пшен./рж с микрофит.	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Витаминный напиток	200	0,00	0,00	18,40	73,60	631
<b>Итого</b>		<b>21,32</b>	<b>39,21</b>	<b>134,89</b>	<b>977,95</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>33,6</b>	<b>53,32</b>	<b>196,35</b>	<b>1520,81</b>	

Комплекс горячего питания с 7 до 11 лет на сумму 75-50р

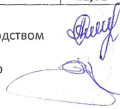
Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак</b>						
Сосиска отварная	90	6,60	14,34	0,96	159,60	205
Макаронные изделия	150	5,52	5,30	35,33	211,10	227
Салат из св.помидор	60	0,60	6,09	2,76	68,35	22
Кондитерка	35	5,00	13,00	56,00	360,00	
Хлеб пшен./рж с микрофит.	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Витаминный напиток	200	0,00	0,00	18,40	73,60	631
<b>Итого</b>		<b>21,32</b>	<b>39,21</b>	<b>134,89</b>	<b>977,95</b>	

Комплекс горячего питания с 12лет и старше на сумму 84-66р

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Сосиска отварная	90	6,60	14,34	0,96	159,60	205
Макаронные изделия	180	6,62	6,36	42,39	253,32	227
Салат из св.помидор	100	1,00	10,16	4,60	113,92	22
Кондитерка	35	5,00	13,00	56,00	360,00	
Хлеб пшен./рж с микрофит.	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Витаминный напиток	200	0,00	0,00	18,40	73,60	631
<b>Итого</b>		<b>22,82</b>	<b>44,34</b>	<b>143,79</b>	<b>1065,74</b>	

зав.производством

Директор



О.А.Оборина

П.А. Пушвинцев