

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 13.04.21г

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>						
Суп молочный с макар.изд.	200	5,71	5,25	17,25	143,13	53
Печенье	30	0,45	6,00	18,30	129,00	
Чай с/с с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294
<b>Итого</b>		<b>12,28</b>	<b>14,11</b>	<b>61,46</b>	<b>333,75</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Биточек из говядины с соусом томат.	50/30	9,12	9,53	8,72	157,17	189/265
Рожки отварные	150	5,52	5,29	35,32	211,09	227
Овощи свежие (огурец )	30	0,24	0,030	0,99	4,20	246
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Кисель витаминный	200	0,00	0,00	24,00	395,00	293
Ватрушка с сыром	50	5,90	8,84	30,67	226,57	330
<b>Итого</b>		<b>24,38</b>	<b>24,17</b>	<b>121,14</b>	<b>1099,33</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>36,66</b>	<b>38,28</b>	<b>182,6</b>	<b>1433,08</b>	

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

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Биточек из говядины с соусом томат.	50/30	9,12	9,53	8,72	157,17	189/265
Рожки отварные	150	5,52	5,29	35,32	211,09	227
Овощи свежие (огурец )	30	0,24	0,030	0,99	4,20	246
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Кисель витаминный	200	0,00	0,00	24,00	395,00	293
Ватрушка с сыром	50	5,90	8,84	30,67	226,57	330
<b>Итого</b>		<b>24,38</b>	<b>24,17</b>	<b>121,14</b>	<b>1099,33</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		
Биточек из говядины с соусом томат.	75/30	11,85	12,38	11,33	204,32	189/265
Рожки отварные	180	6,21	5,95	39,79	237,82	227
Овощи натуральные (помидоры)	50	0,54	0,10	1,90	12,00	246
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Кисель витаминный	200	0,00	0,00	24,00	395,00	293
Ватрушка с сыром	50	5,90	8,84	30,67	226,57	330
<b>Итого</b>		<b>28,1</b>	<b>27,75</b>	<b>129,13</b>	<b>1181,01</b>	

зав.производством

Директор



О.А.Оборина

П.А. Пушвинцев

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 14.04.21г

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		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша манная с маслом слив	150/5	6,2	8,05	31,09	222,02	107
Булочка со сг.молоком	50/20	5,09	7,6	41,84	255,78	№6
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
<b>Итого</b>		<b>11,41</b>	<b>15,65</b>	<b>84,97</b>	<b>526,44</b>	

**Завтрак 2**

Салат из бел.капусты с огурцами с п/к колб.	50/25	6,37	13,18	5,41	108,69	/364
Суп пюре с гренками	200/20	5,08	4,40	32,48	133,99	57/75
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Масло сливочное	10	0,10	7,20	0,10	66,00	365
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
Фрукт	200	0,80	0,80	20,80	90,00	89
<b>Итого</b>		<b>16,07</b>	<b>26,06</b>	<b>92,27</b>	<b>552,62</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>27,48</b>	<b>41,71</b>	<b>177,24</b>	<b>1079,06</b>	

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


Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Салат из бел.капусты с огурцами с п/к колб.	50/25	6,37	13,18	5,41	108,69	/364
Суп пюре с гренками	200/20	5,08	4,40	32,48	133,99	57/75
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Масло сливочное	10	0,10	7,20	0,10	66,00	365
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
Фрукт	200	0,80	0,80	20,80	90,00	89
<b>Итого</b>		<b>16,07</b>	<b>26,06</b>	<b>92,27</b>	<b>552,62</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 бел.капусты с огурцами с п/к колб.	70/30	9,55	19,78	8,11	163,04	/364
Суп пюре с гренками	250/25	6,35	5,50	40,62	237,56	57/75
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Масло сливочное	10	0,10	7,20	0,10	66,00	365
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
Фрукт	200	0,80	0,80	20,80	90,00	89
<b>Итого</b>		<b>20,52</b>	<b>33,76</b>	<b>103,11</b>	<b>710,54</b>	

зав.производством  О.А.Оборина

Директор

 П.А. Пушвинцев

ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ**

на 15.04.21г

четверг

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

1Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша ячневая с маслом слив.	150/5	5,42	5,9	29,66	193,4	115
Коржик молочный	75	5,11	8,77	50,75	302,62	318
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
<b>Итого</b>		<b>12,28</b>	<b>14,11</b>	<b>61,46</b>	<b>544,66</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Плов с мясом	200	19,56	21,91	41,86	442,25	193
ог.консервированный	25	0,27	0,05	0,95	6,00	246
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	283
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Кондитерка	35	5,00	13,00	59,00	177,00	
<b>Итого</b>		<b>28,99</b>	<b>35,44</b>	<b>151,14</b>	<b>844,34</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>41,27</b>	<b>49,55</b>	<b>212,6</b>	<b>1389</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		
Плов с мясом	200	19,56	21,91	41,86	442,25	193
ог.консервированный	25	0,27	0,05	0,95	6,00	246
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	283
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Кондитерка	35	5,00	13,00	59,00	177,00	
<b>Итого</b>		<b>28,99</b>	<b>35,44</b>	<b>151,14</b>	<b>844,34</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		
Плов с мясом	250	24,45	23,16	52,32	552,81	193
ог.консервированный	35	0,37	0,07	1,33	8,40	246
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	283
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Кондитерка	35	5,00	13,00	56,00	360,00	
<b>Итого</b>		<b>33,98</b>	<b>36,71</b>	<b>158,98</b>	<b>1140,3</b>	

зав.производством

О.А.Оборина

Директор

П.А. Пушвинцев



# ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»

(ул.Балахнина 128)

## МЕНЮ

На 16.04.21г

пятница

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

Оладьи со сгущ.молоком	120/20	10,6	15,2	48,24	404,82	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>453,46</b>	

### Завтрак 2

Йогурт 2,5%	90	2,97	2,25	10,17	72,90	
Каша "Дружба" с маслом	200/10	7,13	9,07	38,24	262,80	102
Сосиска в тесте	75	8,99	16,75	31,56	307,62	336
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
<b>Итого за обед</b>		<b>21,09</b>	<b>28,27</b>	<b>85,77</b>	<b>679,32</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>33,37</b>	<b>42,38</b>	<b>147,23</b>	<b>1132,78</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		

Йогурт 2,5%	90	2,97	2,25	10,17	72,90	
Каша "Дружба" с маслом	200/10	7,13	9,07	38,24	262,80	102
Сосиска в тесте	75	8,99	16,75	31,56	307,62	336
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
<b>Итого за обед</b>		<b>21,09</b>	<b>28,27</b>	<b>85,77</b>	<b>679,32</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>33,37</b>	<b>42,38</b>	<b>147,23</b>	<b>1132,78</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	220/10	7,13	9,07	38,24	262,80	102
Сосиска в тесте	100	8,99	16,75	31,56	307,62	336
Сок	200	2,00	0,20	5,80	36,00	293
<b>Итого</b>	<b>621</b>	<b>21,09</b>	<b>28,27</b>	<b>85,77</b>	<b>679,32</b>	

зав.производством  О.А.Оборина

Директор  П.А. Пушвинцев



**ЛИЦЕЙ «ВЕКТОРИЯ»**

(ул.Балахнина 128)

**МЕНЮ****на 17.04.2021г**

суббота

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

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав,г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Жаркое по-домашнему	250	25,33	19,47	24,88	375,82	181
Овощи натуральные (помидоры)	50	0,54	0,01	1,90	12,00	246
Хлеб пшен./рж с микронутр	30/20	3,6	0,48	21,44	105,3	122/123
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
Кондитерка	35	5,00	13,00	56,00	360,00	
<b>Итого за обед</b>		<b>34,59</b>	<b>32,96</b>	<b>116,26</b>	<b>901,76</b>	

зав.производством

О.А.Оборина

Директор

П.А. Пушвинцев

