

## МЕНЮ 19 октября 2023г

### Горячее питание 1- 4 класс (завтрак)

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 216,6 ккал	200
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60
	<b>ИТОГО</b>	

### Горячее питание 1- 4 класс (обед)

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.
110	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> (свекла, капуста, картофель, лук репка, морковь, курица, сметана) 148,52 ккал	200/20/10
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 216,6 ккал	200
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60
	<b>ИТОГО</b>	

## Бесплатное питание 7-11 класс (корпус №1), 67 руб.

№ рецепт ур	Наименование	Выход, гр.
374	<b>Рыба (горбуша), тушенная с овощами</b> 125 ккал	50/50
514	<b>Гороховое пюре</b> 216,55 ккал	150
685	<b>Чай с сахаром</b> 58 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60
	<b>ИТОГО</b>	

## Бесплатное питание 7-11 класс (корпус №1), 60 руб.

№ рецепт ур	Наименование	Выход, гр.
374	<b>Рыба (горбуша), тушенная с овощами</b> 125 ккал	50/50
514	<b>Гороховое пюре</b> 216,55 ккал	150
685	<b>Чай с сахаром</b> 58 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30
	<b>ИТОГО</b>	

## Бесплатное питание 5-6 класс (корпус №2), 67 руб.

№ рецепт ур	Наименование	Выход, гр.
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1 ккал	75/25
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 162,45 ккал	150
685	<b>Чай с сахаром</b> 58 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30
	<b>ИТОГО</b>	

## Бесплатное питание 5-6 класс (корпус №2), 60 руб.

№ рецепт ур	Наименование	Выход, гр.
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 162,45 ккал	150
685	<b>Чай с сахаром</b> 58 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30
	<b>ИТОГО</b>	

## Комплекс 100 руб. 7-11 класс (корпус №1)

№ рецепт ур	Наименование	Выход, гр.
374	<b>Рыба (горбуша), тушенная с овощами</b> 125 ккал	50/50
514	<b>Гороховое пюре</b> 216,55 ккал	150
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60
	<b>Фрукт (яблоко)</b>	
	<b>ИТОГО</b>	

## Комплекс 100 руб. 5-6 класс (корпус №2)

№ рецепт ур	Наименование	Выход, гр.
437	<b>Гуляш из говядины</b> 188,33 ккал	50/50
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 162,45 ккал	150
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30
	<b>ИТОГО</b>	