

РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 1 день: 1

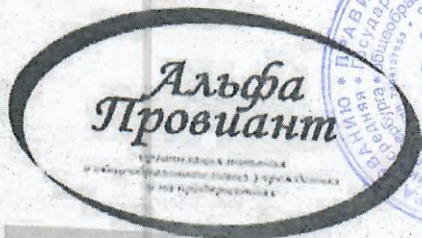
" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	у	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	70	17,22	9,52	6,16	177,8
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	5,4	4,9	32,8	196,8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	470	25,11	16,93	65,32	512,31
Итого за день	470	25,11	16,93	65,32	512,31

Зав. производством

Кресин

Составлено и одобрено директором ГБОУ СОШ № 142
 [Подпись]



РАЦИОН "ОБЕД"
 (на платной основе)
 сезон весна-лето
 140-00 рублей

Неделя 1 день: 2

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Лук зелёный, Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,85	2,5	4,23	42,5
ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ (Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	70	8,93	3,15	9,1	100,45
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5% Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	470	15,65	10,51	46,89	343,66
Итого за день	470	15,65	10,51	46,89	343,66

Зав. производством

[Подпись]

согласовано и с директором ТБОУ с/ш №142
Можайск Т.А. Сокина



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 1 день: 3

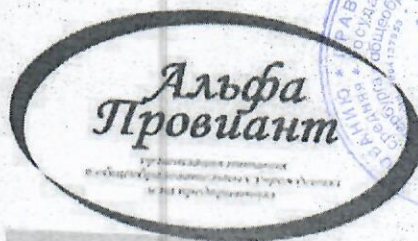
" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,35	0,05	1,15	6,4
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ (Батон, Меланж яичный пастеризованный, Свинина, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	70	8,24	6,46	14,39	148,63
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	5,83	8,55	24,78	199,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	15,82	15,32	72,21	490,68
Итого за день	450	15,82	15,32	72,21	490,68

Зав. производством

Кресин

составлен и.о. директора Т.В. Сидорова №1/42
Решение № 10



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)

сезон весна-лето
140-00 рублей

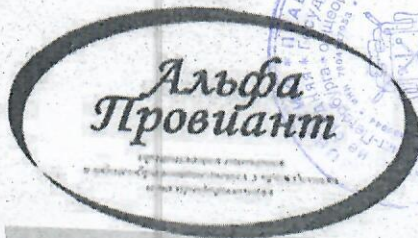
Неделя 1 день: 4

" " 2025

Наименование блюда		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	у	
Обед						
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)		50	0,1	1,2	5,75	34,2
ПАСТА КАРБОНАРА "ПО-ШКОЛЬНОМУ" (Сыр, Ветчина, Молоко, Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Соль)		220	14,67	17,89	41,51	385,73
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)		180	0,11	0,05	22,5	90,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ		20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед		470	16,25	19,31	78,79	553,87
Итого за день		470	16,25	19,31	78,79	553,87

Зав. производством

Кресин



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)

сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 1 день: 5

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Рис, Сметана, Соль)	190/30	12,52	15,33	22,58	278,34
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	14,23	15,55	56,48	422,53
Итого за день	450	14,23	15,55	56,48	422,53

Зав. производством

Кресин

составлено ч.о. директором ТБСУ СОМ №142
Т.В. Соколин



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 2 день: 1

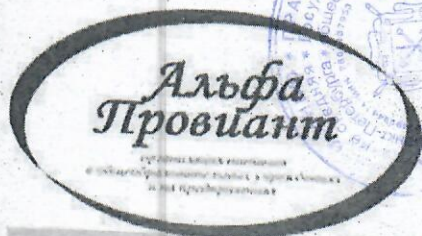
" " " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	у	
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3
СВИНИНА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ (Томат - паста, Свинина, Морковь очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	70	7,84	5,34	5,04	99,59
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	8,3	6,3	36	233,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	17,78	11,93	73,44	472,54
Итого за день	450	17,78	11,93	73,44	472,54

Зав. производством

Кресин

согласовано и.о. директора ТБТУ Сем №172
Мочалов Т.В. Сошенко



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)

сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 2 день: 3

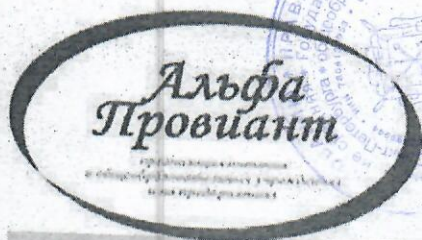
" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	70	7,42	4,06	8,68	100,94
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	5,4	4,9	32,8	196,8
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	180	0,13	0,05	18	72,95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	14,57	9,23	69,26	418,04
Итого за день	450	14,57	9,23	69,26	418,04

Зав. производством

Кресин

составлено и одобрено директором ТБТУ с.с.м. № 142
Воскр. Т.К. Соснов



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 2 день: 4

" " " 2025

202

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Лук зелёный, Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,85	2,5	4,23	42,5
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (Батон, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	70	4,5	9,66	5,67	127,63
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	8,3	6,3	36	233,7
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	470	15,92	18,72	69,06	507,14
Итого за день	470	15,92	18,72	69,06	507,14

Зав. производством

Кресин

составлено и одобрено
Директор

РБСЧ с/сх №12



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 2 день: 5

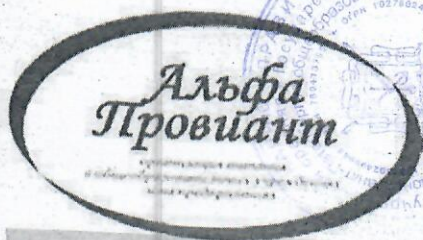
" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,35	0,05	1,15	6,4
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (Томат - паста, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	220	12,79	20,08	27,64	342,38
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	14,96	20,39	51,32	448,49
Итого за день	450	14,96	20,39	51,32	448,49

Зав. производством

Кресин

Согласовано и в директоре РБРУСМ №142
Т.В. Соколов



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 3 день: 2

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ, Вода питьевая, Масло растительное)	30	0,25	0,05	0,75	4,25
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	70	9,75	5,82	6,02	115,44
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	150	5,83	8,55	24,78	199,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	180	0,03	0,09	22,86	93,15
Итого за Обед	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за день	450	17,23	14,68	63,44	455,34
	450	17,23	14,68	63,44	455,34

Зав. производством

Кресин

составлено и одобрено директором ГБОУ СОШ №142
 Юмашев Т.А. Союзит



РАЦИОН "ОБЕД"
 (на платной основе)
 сезон весна-лето
 140-00 рублей

Неделя 3 день: 3

" " 2025

		" " 202			
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Яйцо, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с Сметана, Соль, Сушари панировочные)	200/20	13,02	18,8	32,14	349,84
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	470	15,96	21,31	59,13	491,15
Итого за день	470	15,96	21,31	59,13	491,15

Зав. производством

Кресно

составлено и одобрено директором РБОУ сссс № 142
Юсупов Т.И. Сохнин



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)

сезон весна-лето

140-00 рублей

Неделя 3 день: 4

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ (Батон, Меланж яичный пастеризованный, Свинина, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	70	8,24	6,46	14,39	148,63
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	13,9	11,35	47,83	348,74
Итого за день	450	13,9	11,35	47,83	348,74

Зав. производством

Кресин

составлено и одобрено директором ТБДУСМ №172
 А.И. Соколов



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

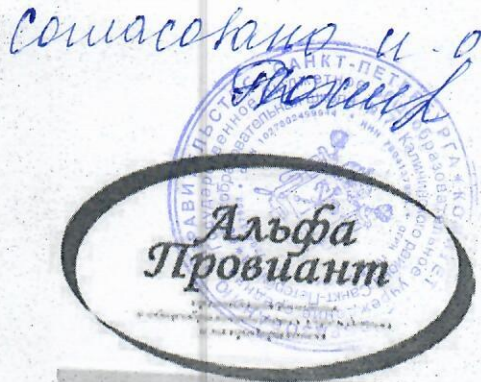
Неделя 3 день: 5

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ (Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	70	8,93	3,15	9,1	100,45
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сп-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	14,65	8,66	52,81	347,41
Итого за день	450	14,65	8,66	52,81	347,41

Зав. производством

Краснов



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 4 день: 1



" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	у	
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (Батон, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	70	4,5	9,66	5,67	127,63
РИС ОТВАРНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	150	3,7	4,8	36,5	203,5
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	9,91	14,68	76,07	475,32
Итого за день	450	9,91	14,68	76,07	475,32

Зав. производством

Кресин

Согласовано и с директором РБРУСОВ №142
Искренно
Г.А. Соколов



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 4 день: 2

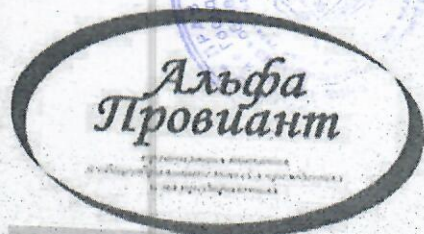
" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	у	
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,35	0,05	1,15	6,4
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СМЕТАНОЙ (Масло растительное, Сметана , Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ")	200/20	13,62	15	36,82	336,8
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные , Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	16,24	15,31	61,13	446,51
Итого за день	450	16,24	15,31	61,13	446,51

Зав. производством

Искренно

и.о. директора ГБОУ СОШ №12
Д.В. Сохин



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)

сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 4 день: 3

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	50	0,1	1,2	4,3	28,4
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с Сахарный песок Соль)	70	5,76	6,44	5,11	101,44
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	8,3	6,3	36	233,7
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	180	0,13	0,05	18	72,95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	470	15,66	14,16	72,44	479,59
Итого за день	470	15,66	14,16	72,44	479,59

Зав. производством

Кресин

Сотисаботане



директора
Т.В. Сокино

РБДУСОНА 142



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 4 день: 4

" " 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ПАСТА КАРБОНАРА "ПО-ШКОЛЬНОМУ" (Сыр , Ветчина, Молоко , Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5% Мука пшеничная в/с Соль)	220	14,67	17,89	41,51	385,73
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед	450	16,32	18,2	74,15	526,23
Итого за день	450	16,32	18,2	74,15	526,23

Зав. производством

Креснон



РАЦИОН "ОБЕД"
(на платной основе)
сезон весна-лето
140-00 рублей

Неделя 4 день: 5



Наименование блюда		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	у	
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Лук зелёный, Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)		50	0,85	2,5	4,23	42,5
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сл- сливочное 82,5%, Соль, Сахар панировочные)		70	7,42	4,06	8,68	100,94
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис Соль)		150	3,47	4,96	18,58	132,82
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)		180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ		20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Обед		470	13,56	11,78	54,02	375,97
Итого за день		470	13,56	11,78	54,02	375,97

Зав. производством

Краснох