

ОГЛАСОВАНО

МК №5 ул. Академика Курчатова д.25
 директор школы № льгот. пит.
 И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор
 ООО "РСК"
 Глинский Ю.М.

МЕНЮ
 Питание за счет средств бюджета
 22 октября 2024 г.

елки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		285,16 р.
					Обед (студенты) МК №5	
					Фит-боул с цыпленком	
10,7 16	5,004	14,856	149,244	120	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Огурцы свежие, Помидоры Черри свежие, Редиска красная свежая, Кукуруза консервированная, Салат Романо, Морковь очищенная	
					Салат Крымский	
1,38	0,24	5,076	30,936	120	Помидоры, Лук репчатый очищенный, Зельнь свежая	
					Фунчоза с овощами	
1,65 6	2,244	13,008	127,416	120	Фунчоза, Кунжут, Фасоль стручковая б/з. Морковь очищенная, Перец сладкий свежий, Масло растительное	
					Наггетсы с картофелем по деревенски	
21,3 62	9,658	39,446	322,872	220	Наггетсы, Масло растительное, Картофель резаный (долька) б/з, Соль	
					Вок с креветкой в соево-чесночном соусе	
14,7 62	4,972	36,608	251,922	220	Лапша Рисовая, Креветки с/м б/г, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Перец б/з, Масло растительное, Соль, Соус соевый, Чеснок, Кунжут	
					РУСбургер	
16,7 44	28,574	28,574	308,896	140	Булочка для бургера, Котлеты рубленые из говядины ПП 60, Помидоры, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) ДП, Сыр с м.д.ж 45%, Томат-паста, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное	
					Картофель фри	
3,69 6	3,132	30,12	163,872	120	Картофель резаный (фри) б/з, Масло растительное, Соль	
					Хлебная корзина	
4,14	1,61	31,891	159	60	Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке, Булочка Кукурузная	
					Маффин ванильный	
4,08	11,436	32,112	248,022	60	Маффин	
					Фрукты свежие в ассортименте	
0,57	0,3	9,4	45,67	100	Яблоки свежие, Апельсин, Груши свежие	
					Масло растительное	
	4,995		44,95	5	Масло растительное	
					Соевый соус	
0,40 5	0,03	0,205	2,65	5	Соус соевый	
					Томатный соус	
0,17 2	0,15	0,894	5,85	5	Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Масло растительное, Орегано	
					Салатный соус	
0,14	3,35	0,185	31,45	5	Соус салатный	
					Сок	
2	0,2	20,2	92	200	Сок яблочный	
					Чай/Какао на молоке	
1,84	1,74	6,32	48,74	200	Чай черный весовой, Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок	
					Лимон	
0,03		0,09	1,02	3	Лимон	
					Сахар порционный	
		4,995	19,95	5	Сахар порционный 5 гр	

Главный технолог

Зав. производством