

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

МК №5 ул. Академика Курчатова д.25
 Директор школы №5 льгот. пит.
 Ф.И.О. _____

Исполнительный директор
 ООО "РСК"
 Глинский Ю.М.

МЕНЮ

Питание за счет средств бюджета
 21 октября 2024 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед (студенты) МК №5	285,16 р.
					Поке с курицей и сыром	
13,2	8,916	6,216	162,492	120	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Паприка сладкая сухая, Масло растительное, Соль, Помидоры, Огурцы свежие, Салат Айсберг, Сыр с м.д.ж 45%, Крупа Булгур, Соль	
					Шашлычки куриные по-азиатски	
46,8 75	38,805	1,905	542,325	150	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соус соевый, Чеснок свежий, Куркума, Имбирь сухой, Кориандр, Соль, Масло растительное, Молоко кокосовое	
					Картофель фри	
3,69 6	3,132	30,12	163,872	120	Картофель резанный (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 в глазов	
					Круассан	
6,44	30,58	37,92	452,1	80	Круассан в ассортименте 1/80	
					Фрукты свежие в ассортименте	
0,57	0,3	9,4	45,67	100	Яблоки свежие, Апельсин, Груши свежие	
					Заправка в ассортименте	
0,17 7	2,113	0,31	21,008	5	Масло растительное, Соус салатный, Соус соевый, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Масло растительное, Орегано	
					Сок	
2	0,2	20,2	92	200	Сок яблочный	
					Салат Греческий с брынзой	
3,6	3,768	3,6	109,92	120	Сыр Брынза, Огурцы свежие, Перец сладкий свежий, Помидоры, Оливки консервированные, Салат Романо, Базилик сушеный	
					Шаурма с курицей	
14,8 48	13,248	31,472	303,664	160	Лаваш, Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Помидоры, Огурцы свежие, Соус салатный, Капуста Пекинская (Салат Китайский)	
					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	
					Салат-коктейль из овощей	
2,83	1,024	13,704	76,8	120	Салат Айсберг, Кукуруза консервированная, Огурцы свежие, Помидоры	
					Пенне Аррабиато	
26,6 42	20,526	42,438	491,106	220	Макаронные изделия перья, Соль, Говядина лопаточная часть п/ф, Помидоры, Перец сладкий свежий, Лук репчатый очищенный, Чеснок свежий, Томат-паста, Сыр с м.д.ж 45%, Масло растительное, Соль, Базилик сушеный	

Главный технолог _____

Зав. производством _____

Султанова В.Н.