



**Комплекс «Молочный»
для обучающихся 5-11 классов
Сентябрь-Октябрь 2024 г.
для ОУ № 5,10,12,14,15,23,24,26,32,35,36,36ф,37,
39,40,41,48,49,50,50ф,52,55,56,58,68,74,82,90,90ф,91,92,93,95,96,97,97ф**

| I НЕДЕЛЯ | | Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал) | II НЕДЕЛЯ | | Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал) |
|---|---------------|---|---|---------------|---|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | | ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | |
| Каша кукурузная молочная с маслом | 205 | 7,32/7,29/34,18/230,69 | Кондитерское изделие | 36 | 1,9/15,3/31,3/271 |
| Блинчики с маслом (2 шт) | 126 | 6,15/13,59/37,56/306,87 | Каша пшеничная молочная с тыквой и маслом | 205 | 7,21/6,47/34,77/225,07 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,04/0,7,4/30,26 | Чай с сахаром | 200 | 0/0/7,27/28,73 |
| ВТОРНИК | | | ВТОРНИК | | |
| Сыр сливочный | 17 | 2,48/3,96/0,68/48,11 | Сыр порциями | 15 | 3,48/4,43/0/54,6 |
| Омлет натуральный | 150 | 15,59/16,45/2,79/222,36 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150 | 24,27/11,7/29,14/321,06 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Напиток плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 0/0/14,16/55,48 | Сок фруктовый | 200 | 0/0/19,94/80,30 |
| СРЕДА | | | СРЕДА | | |
| Лепешка «Сырная» | 50 | 6,6/6,4/21,58/165,85 | Булочка сдобная | 50 | 8/12,4/57,5/373,4 |
| Суп молочный с вермишелью | 200 | 6,68/5,25/22,75/165,57 | Суп молочный рисовый | 200 | 6,72/5,77/23,89/174,49 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Чай с шиповником | 200 | 0,06/0/19,25/76,95 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,37/0/14,85/59,48 |
| ЧЕТВЕРГ | | | ЧЕТВЕРГ | | |
| Кондитерское изделие | 26 | 1,3/2,2/13,7/116 | Кондитерское изделие | 30 | 9/8/10/147 |
| Пудинг из творога с персиками с карамельным соусом NEW | 150 | 20,17/12,46/27,89/305,12 | Омлет натуральный | 150 | 15,59/16,45/2,79/222,36 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Чай с сахаром | 200 | 0/0/7,27/28,73 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,04/0,7,4/30,26 |
| ПЯТНИЦА | | | ПЯТНИЦА | | |
| Булочка сдобная | 50 | 4,9/7,2/33,95/220,5 | Сдоба | 50 | 4,52/6,01/31,11/196,85 |
| Каша овсяная молочная с маслом | 205 | 8,2/8,73/29,68/230,33 | Каша кукурузная молочная с маслом | 205 | 7,32/7,29/34,18/230,69 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,37/0/14,85/59,48 | Кисель витаминизированный плодово-ягодный | 200 | 0/0/20,17/81,3 |
| III НЕДЕЛЯ | | Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал) | IV НЕДЕЛЯ | | Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал) |
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | | ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | |
| Кондитерское изделие | 26 | 1,3/2,2/13,7/116 | Каша овсяная молочная с маслом | 205 | 8,2/8,73/29,68/230,33 |
| Каша рисовая молочная с маслом | 205 | 6,32/7,15/31,68/216,02 | Оладьи со сгущенным молоком (2 шт) | 60 | 3,3/10,75/16,04/174,93 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Чай с сахаром | 200 | 0/0/7,27/28,73 | Чай с сахаром | 200 | 0/0/7,27/28,73 |
| ВТОРНИК | | | ВТОРНИК | | |
| Кондитерское изделие | 36 | 1,9/15,3/31,3/271 | Сыр сливочный | 17 | 2,48/3,96/0,68/48,11 |
| Суп молочный с вермишелью | 200 | 6,68/5,25/22,75/165,57 | Суп молочный рисовый | 200 | 6,75/5,77/23,89/174,49 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Напиток плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 0/0/14,4/58,4 | Кисель витаминизированный плодово-ягодный | 200 | 0/0/19,94/80,30 |
| СРЕДА | | | СРЕДА | | |
| Сосиска в тесте | 50 | 4,71/8,25/12,43/143,7 | Булочка сдобная | 50 | 4,9/7,2/33,95/220,5 |
| Каша пшеничная молочная с яблочным пюре и маслом | 230 | 8,93/8,47/43,25/285,47 | Каша манная молочная с маслом | 205 | 7,02/7,44/25/197,55 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/2,4 |
| Чай с облепихой | 200 | 0/0/17,88/69,66 | Сок фруктовый | 200 | 1/0,2/20,2/92 |
| ЧЕТВЕРГ | | | ЧЕТВЕРГ | | |
| Сыр сливочный | 17 | 2,48/3,96/0,68/48,11 | Кондитерское изделие | 36 | 1,9/15,3/31,3/271 |
| Запеканка из творога с ягодным соусом | 150 | 22,95/10,05/32,59/314,86 | Пудинг из творога с джемом из абрикосов и тыквы | 150 | 21,24/10,87/23,93/279,77 |
| Батон пшеничный | 30 | 2,25/0,87/14,97/78,6 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,04/0,7,4/30,26 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,04/0,7,4/30,26 |
| ПЯТНИЦА | | | ПЯТНИЦА | | |
| Булочка сдобная | 50 | 8/12,4/57,5/373,4 | Корж молочный | 75 | 5,02/10,43/49,87/314,18 |
| Омлет натуральный | 150 | 15,59/16,45/2,79/222,36 | Омлет натуральный | 150 | 15,59/16,45/2,79/222,36 |
| Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 | Батон пшеничный | 20 | 1,5/0,58/9,96/52,4 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,37/0/14,85/59,48 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,37/0/14,85/59,48 |

Стоимость питания 1 дня 97,00 руб.

