

ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 16 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ПОНЕДЕЛЬНИК (1 НЕДЕЛЯ)

№ реп.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки жиры углев		
		<b>ЗАВТРАК</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-1з	15	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	53,8	3,5	4,4	0,
54-9к	200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	272,9	8,6	11,3	34,3
Пром	100	ФРУКТ (МАНДАРИН)	38	0,8	0,2	7,5
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	<b>585</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>562</b>	<b>18,8</b>	<b>17,2</b>	<b>80,6</b>
		<b>ОБЕД</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-11з	60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	74,2	0,6	6,1	4,3
54-4 с	200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	98,5	1,9	5,1	11,2
54-11 г	150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	139,4	3,2	5,2	19,8
54-29 м	90	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	172,1	12,3	9,9	6,1
54-3 х	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,3	0,5	0,2	19,5
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141	4,7	0,6	29,5
Пром	30	ХЛЕБ ОСОБЫЙ	63,6	2,3	0,4	13,95
	<b>790</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>770,1</b>	<b>25,5</b>	<b>27,5</b>	<b>103,85</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 17 » ДЕКАБРЯ 2024 Г

ВТОРНИК (1 НЕДЕЛЯ)

№ реп.сбо	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-5 з	100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	62,6	1,00	5,2	3,0
54-3г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	207,7	7,9	6,8	28,6
54-23гн	200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	86	3,8	2,9	11,3
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	<b>520</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>526,8</b>	<b>18,4</b>	<b>16,2</b>	<b>75,2</b>
<b>ОБЕД</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-16 з	100	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	111,8	1,1	8,8	6,8
54-1 с	200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	72,1	1,6	4,9	5,3
54-6г	150	РИС ОТВАРНОЙ	203,5	3,7	4,8	36,5
54-14 р	100	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (МИНТАЙ)	112,2	12,9	4,00	6,1
54-1 хн	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	81,	0,5	0,	19,8
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>830</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>775,8</b>	<b>26,3</b>	<b>24</b>	<b>111,4</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



**ЛИЦЕЙ № 13**  
**МЕНЮ НА « 18 » ДЕКАБРЯ 2024 Г**  
**СРЕДА (1 НЕДЕЛЯ)**

№ рец.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-3о	150	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	201	11,1	15,00	5,2
Пром	100	ФРУКТ (БАНАН)**	96	1,5	0,5	21,0
54-3 гн	200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	27,9	0,3	0,00	6,7
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	71,	2,0	0,8	12,75
	<b>520</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>501,65</b>	<b>18,5</b>	<b>16,8</b>	<b>67,3</b>
<b>ОБЕД</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-7 з	60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	85,7	1,6	6,1	6,2
54-7 с	200	П КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯ	102	2,5	2,2	18,1
54-5 г	150	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	187,1	4,4	5,25	30,45
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-2 хн	200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	66,9	1,00	0,1	15,7
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141,0	4,7	0,6	29,00
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,00	12,75
	<b>800</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>806,8</b>	<b>26,25</b>	<b>26,35</b>	<b>114,4</b>

**ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ**  
**АВАНЕСОВА С К**



ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 19 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ЧЕТВЕРГ (1 НЕДЕЛЯ)

№ реп.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		<b>ЗАВТРАК</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
53-19з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
282	170	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ	271,0	10,6	7,6	40,1
Пром	100	ФРУКТ (ЯБЛОКО) **	47,0	0,4	0,4	9,8
54-4 гн	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	50,9	1,6	1,1	8,7
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	<b>530</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>557,3</b>	<b>16,8</b>	<b>17,3</b>	<b>81,7</b>
		<b>ОБЕД</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-5 з	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37,6	0,6	3,1	1,8
54-8с	200	СУП ГОРОХОВЫЙ	116,8	4,2	4,00	15,9
54-1г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	196,8	5,4	4,9	32,8
325	100	АЗУ	184,1	9,9	10,1	4,0
54-5хн	200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	42,5	0,2	0,1	10,2
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>790</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>773</b>	<b>26,8</b>	<b>23,7</b>	<b>101,6</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 20 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ПЯТНИЦА (1 НЕДЕЛЯ)



№ рек.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углевод
<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-9г	130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	115,6	2,4	6,4	11,8
54-8м	80	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	156,1	9,2	9,5	8,7
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ	103,6	3,4	1,3	17,0
	<b>500</b>		<b>515,9</b>	<b>19,2</b>	<b>17,7</b>	<b>68,15</b>
<b>ОБЕД</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-28 з	80	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	33,6	1,2	0,2	7,1
54-10с	200	УП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВА)	94,2	1,9	5,0	10,3
54-11 г	150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	139,4	3,2	5,2	19,8
54-18 М	100	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	196,5	12,75	11,5	6,6
54-1 хн	200	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	81,00	0,5	0,	19,8
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,00	12,75
	<b>810</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>739,9</b>	<b>26,1</b>	<b>23,4</b>	<b>100,5</b>

**ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К**

ЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 21 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
СУББОТА (1 НЕДЕЛЯ)

№ рек.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углевод
		<b>ЗАВТРАК</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
53-19з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
54-1к	200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	207,9	5,8	5,8	33,0
Пром	100	ФРУКТ (ГРУША)**	42,3	0,4	0,3	9,5
54-21гн	200	КАКАО С МОЛОКОМ	100,4	4,6	3,6	12,6
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,00	12,75
	<b>570</b>		<b>564,9</b>	<b>15,9</b>	<b>18,2</b>	<b>82,45</b>
		<b>ОБЕД</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-16 з	100	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	111,8	1,1	8,8	6,8
54-2с	200	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	90,2	1,7	4,3	9,7
54-6 г	150	РИС ОТВАРНОЙ	203,5	3,7	4,8	36,5
54-5.1р	100	КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ	107,4	12,4	4,2	5,0
54-32 хн	200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	41,5	0,15	0,1	9,9
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141,0	4,7	0,6	29,00
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	63,6	2,3	0,4	13,95
	<b>840</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>759</b>	<b>26,1</b>	<b>23,2</b>	<b>110,9</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



ООО "ПИТсервис"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 23 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ПОНЕДЕЛЬНИК (2 НЕДЕЛЯ)

№ реп. сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углевод
		<b>ЗАВТРАК</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-16 к	200	КАША «ДРУЖБА»	168,9	5,0	5,8	24,15
54-1з	20	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	71,7	4,7	5,9	0,
Пром	100	ФРУКТ (ЯБЛОКО)**	47,0	0,4	0,4	9,8
54-23 гн	200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	86,0	3,8	2,9	11,3
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	<b>570</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>495,9</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>68,2</b>
		<b>ОБЕД</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-2 з	60	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	8,5	0,5	0,1	1,5
54-3С	200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	106,7	1,9	5,1	13,2
54-10 г	150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	173,7	4,5	5,6	26,6
54-8м	100	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	195,1	11,5	11,9	10,9
54-3хн	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,00	0,5	0,2	19,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>790</b>		<b>760,2</b>	<b>25,4</b>	<b>24,4</b>	<b>108,6</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 24 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ВТОРНИК (2 НЕДЕЛЯ)

реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углевод
<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
53-19 з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
54-5з	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37,6	0,6	3,1	1,8
54-3г	170	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	235,4	9,0	7,7	32,4
54-4 гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	<b>510</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>536,4</b>	<b>15,6</b>	<b>19,3</b>	<b>73,1</b>
<b>ОБЕД</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-13 з	60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	45,6	0,8	2,7	4,6
54-10с	200	УП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВА)	94,2	1,9	5,0	10,3
54-4г	150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	233,7	8,3	6,3	36,0
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-25хн	200	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	56,8	0,1	0,0	14,1
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ ОСОБЫЙ	63,6	2,3	0,4	13,95
	<b>790</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>757,8</b>	<b>26,85</b>	<b>26</b>	<b>105</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 25 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
СРЕДА (2 НЕДЕЛЯ)

№ рец.сбор	Республика выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углеы
		<b>ЗАВТРАК</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-1з	10	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	35,9	2,3	2,9	0,0
54-9к	200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	272,9	8,6	11,3	34,3
Пром	100	ФРУКТ (ГРУША)**	42,3	0,4	0,3	9,5
54-21гн	200	КАКАО С МОЛОКОМ	100,4	4,6	3,6	12,6
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,25	1,2	0,15	7,2
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38,85	1,3	0,5	6,4
	<b>585</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>525,6</b>	<b>18,4</b>	<b>18,8</b>	<b>70</b>
		<b>ОБЕД</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
21	100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	104	1,2	6	11,2
54-2с	200	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	90,2	1,7	4,3	9,7
354	250	АПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ,СМЕТАНО	243,6	16,9	12,3	24,4
54-4 хн	200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	75,8	0,4	0,1	18,4
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>830</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>708,8</b>	<b>26,7</b>	<b>24,2</b>	<b>100,6</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

ЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 26 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ЧЕТВЕРГ (2 НЕДЕЛЯ)

реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углеб
<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-3о	150	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	201,00	11,1	15,00	5,2
Пром	100	ФРУКТ (БАНАН)**	96,0	1,5	0,5	21,0
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,55	0,45	21,7
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>525</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>507,25</b>	<b>18,9</b>	<b>17</b>	<b>67,2</b>
<b>ОБЕД</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-8 з	60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	81,5	1,00	6,1	5,8
54-7с	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	102,0	2,5	2,2	18,1
54-9г	150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	133,4	2,8	7,4	13,6
54-29 м	90	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	172,1	12,3	9,9	6,1
54-5 хн	200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	42,5	0,2	0,1	10,2
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141,0	4,7	0,6	34,0
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>790</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>750,2</b>	<b>26,05</b>	<b>27,3</b>	<b>101</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

ЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 27 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
ПЯТНИЦА (2 НЕДЕЛЯ)

реп. сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углевод
		<b>ЗАВТРАК</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
53-19 з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
282	170	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ	271,0	10,6	7,6	40,1
Пром	100	ФРУКТ ( МАНДАРИН )**	38,00	0,8	0,2	7,5
54-4гн	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	50,9	1,6	1,1	8,7
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	<b>530</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>548,3</b>	<b>17,2</b>	<b>17,1</b>	<b>79,4</b>
		<b>ОБЕД</b>				
		<b>7-11 ЛЕТ</b>				
54-27з	60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	37,6	0,8	2,0	4,1
54-8с	200	СУП ГОРОХОВЫЙ	116,8	4,2	4,00	15,9
54-1г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	196,8	5,4	4,9	32,8
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-3 хн	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,3	0,5	0,2	19,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>790</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>774,1</b>	<b>26,9</b>	<b>23,7</b>	<b>111</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯЛИЦЕЙ № 13  
МЕНЮ НА « 28 » ДЕКАБРЯ 2024 Г  
СУББОТА (2 НЕДЕЛЯ)

№ реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-5з	70	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	43,9	0,7	3,6	2,1
54-6г	130	РИС ОТВАРНОЙ	176,4	3,2	4,2	31,6
54-8м	90	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	175,6	10,35	10,7	9,8
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	<b>540</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>545,00</b>	<b>18,55</b>	<b>19,5</b>	<b>73</b>
<b>ОБЕД</b>						
<b>7-11 ЛЕТ</b>						
54-7з	100	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	142,8	2,7	10,1	10,3
54-18с	200	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	88,3	1,8	4,3	10,7
54-11г	150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	139,4	3,2	5,2	19,8
54-4 р	100	КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ (МИНТАЙ)	109,8	12,4	4,00	5,4
54-1 хн	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	81,00	0,5	0,	19,8
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,55	0,45	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	<b>825</b>	<b>ИТОГО :</b>	<b>756,5</b>	<b>26,7</b>	<b>25,1</b>	<b>103</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К