

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 2 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
4,04	4,20	0	54,45	97	Сыр (порциями)	15	24,68
1,88	0,73	12,85	65,50	693	Батон	25	6,48
3,93	5,43	48,62	259,04	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	40,87
2,25	2,24	10,25	70,20	1324	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	15,38
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,95
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,95
1,05	3,11	5,95	56,61	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	7,11
2,37	5,27	20,01	137,84	115,03	Суп картофельный с вермишелью	250	16,56
17,79	18,31	6,11	214,56	1087	Кнели куриные паровые	100	89,23
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,53
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	13,73
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	8,87
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,98
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,98
49,41	50,15	229,64	1 569,37				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
17,79	18,31	6,11	214,56	1087	Кнели куриные паровые	100	71,01
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,01
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	10,92
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	7,05
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,16
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,16
28,14	26,84	104,37	765,83				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
2,42	2,50	17,18	134,42	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	12,55
17,79	18,31	6,11	214,56	1087	Кнели куриные паровые	100	81,16
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,30
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	12,48
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200	4,27
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,62
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,62
30,10	29,22	110,02	848,44				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
2,42	2,50	17,18	134,42	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	26,43
2,42	2,50	17,18	134,42				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
4,41	10,70	34,55	188,88	770	Булочка дорожная.	60	7,21
17,79	18,31	6,11	214,56	1087	Кнели куриные паровые	100	82,29
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,33
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	12,66
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	8,17
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,67
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,67
32,55	37,53	138,92	954,71				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
1,05	3,11	5,95	56,61	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	7,11
2,37	5,27	20,01	137,84	115,03	Суп картофельный с вермишелью	250	16,56
17,79	18,31	6,11	214,56	1087	Кнели куриные паровые	100	89,23
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,53
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	13,73
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	8,86
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,98
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,98
31,56	35,22	130,32	960,28				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
4,41	10,70	34,55	188,88	770	Булочка дорожная.	60	26,43
4,41	10,70	34,55	188,88				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 3 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
15,55	12,87	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	43,97
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,61
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200	2,19
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,42
4,14	4,31	29,44	173,02	450,05	Маффин в ассортименте ®	40	37,12
0,68	4,30	2,38	51,66	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	17,33
1,91	4,17	11,17	90,40	1165	Суп из овощей	250	18,49
5,25	12,98	47,26	330,11	1099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	220	88,89
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200	15,08
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,10
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,10
45,62	49,49	232,08	1 572,09				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
5,25	12,98	47,26	330,11	1099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	220	78,51
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200	13,32
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,74
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,74
11,06	15,32	97,86	582,51				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
1,91	4,17	11,17	90,40	1165	Суп из овощей	250	16,42
5,25	12,98	47,26	330,11	1099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	220	83,56
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200	14,18
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,92
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,92
12,97	19,49	109,03	672,91				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
1,91	4,17	11,17	90,40	1165	Суп из овощей	250	26,43
1,91	4,17	11,17	90,40				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
5,48	5,96	6,36	99,28	806,13	Маффин ванильный®	40	11,84
5,25	12,98	47,26	330,11	1099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	220	87,26
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200	14,80
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,05
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,05
16,54	21,28	104,22	681,79				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
0,68	4,30	2,38	51,66	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	17,33
1,91	4,17	11,17	90,40	1165	Суп из овощей	250	18,49
5,25	12,98	47,26	330,11	1099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	220	88,88
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200	15,08
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,10
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,10
13,66	23,79	111,41	724,57				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
5,48	5,96	6,36	99,28	806,13	Маффин ванильный®	40	26,43
5,48	5,96	6,36	99,28				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 4 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
23,38	28,23	3,15	322,69	958	Омлет запеченый или паровой с сыром	180	59,38
0,10	0,04	16,00	59,90	971	Чай ягодный	200	3,64
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,08
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,08
1,62	0,36	14,58	113,40	980	Апельсины	180	30,13
1,03	3,10	3,32	45,45	31,02	Салат из моркови со стручковой фасолью	60	8,02
5,28	5,75	9,70	110,61	1020	Солянка со сметаной	250	31,79
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100	76,41
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,48
0,23	0,04	16,67	67,59	969	Напиток цитрусовый	200	8,91
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,19
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,19
73,13	57,77	175,15	1 529,78				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100	70,04
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	13,27
0,23	0,04	16,67	67,59	969	Напиток цитрусовый	200	8,16
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,92
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,92
35,96	17,95	100,79	717,83				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
5,28	5,75	9,70	110,61	1020	Солянка со сметаной	250	27,65
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100	66,47
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	12,59
0,23	0,04	16,67	67,59	969	Напиток цитрусовый	200	7,75
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,77
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,77
41,24	23,70	110,50	828,43				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
5,28	5,75	9,70	110,61	1020	Солянка со сметаной	250	26,43
5,28	5,75	9,70	110,61				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
7,57	8,63	29,71	227,32	1123	Булочка творожная	60	16,02
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100	74,84
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,18
0,23	0,04	16,67	67,59	969	Напиток цитрусовый	200	8,72
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,12
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,12
43,53	26,58	130,50	945,14				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
1,03	3,10	3,32	45,45	31,02	Салат из моркови со стручковой фасолью	60	8,02
5,28	5,75	9,70	110,61	1020	Солянка со сметаной	250	31,79
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100	76,40
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,48
0,23	0,04	16,67	67,59	969	Напиток цитрусовый	200	8,91
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,19
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,19
42,27	26,80	113,82	873,88				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
7,57	8,63	29,71	227,32	1123	Булочка творожная	60	26,43
7,57	8,63	29,71	227,32				26,43

Технолог:

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения

ждуаю,
 ректор
 тания"
 ырева

на 5 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
13,33	10,97	0	179,96	1027,26	**Фрикадельки по-Шведски	100	49,91
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,43
3,64	4,81	35,52	202,31	1317	Картофель запеченный	180	31,37
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200	5,94
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,83
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,83
0,71	2,38	3,59	43,80	39,01	Салат из свежих помидоров и огурцов, яблок и моркови с маслом раститель	60	14,00
7,71	2,01	22,63	135,41	1049	Суп-пюре из гороха	250	8,38
1,94	0,24	11,71	60,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,48
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,01	**Палочки Рыбные	100	72,56
3,97	7,01	26,61	186,01	995	Пюре картофельное	180	31,88
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,47
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,11
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,11
61,99	59,67	206,24	1 667,81				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,01	**Палочки Рыбные	100	58,29
3,97	7,01	26,61	186,01	995	Пюре картофельное	180	25,61
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	8,41
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,50
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,50
28,71	36,25	88,88	815,46				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
7,71	2,01	22,63	135,41	1049	Суп-пюре из гороха	250	7,62
1,94	0,24	11,71	60,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,26
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,01	**Палочки Рыбные	100	65,95
3,97	7,01	26,61	186,01	995	Пюре картофельное	180	28,99
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,52
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,83
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,83
38,37	38,49	123,21	1 010,87				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
7,71	2,01	22,63	135,41	1049	Суп-пюре из гороха	250	26,43
7,71	2,01	22,63	135,41				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
3,77	4,00	39,96	208,23	938	Ватрушка с повидлом	60	8,02
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,01	**Палочки Рыбные	100	67,09
3,97	7,01	26,61	186,01	995	Пюре картофельное	180	29,47
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,68
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,87
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,87
32,49	40,25	128,84	1 023,68				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
0,71	2,38	3,59	43,80	39,01	Салат из свежих помидоров и огурцов, яблок и моркови с маслом раститель	60	14,08
7,71	2,01	22,63	135,41	1049	Суп-пюре из гороха	250	8,43
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,66
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,01	**Палочки Рыбные	100	72,96
3,97	7,01	26,61	186,01	995	Пюре картофельное	180	32,06
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,53
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,13
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,13
38,43	40,79	122,90	1 034,67				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
3,77	4,00	39,96	208,23	938	Ватрушка с повидлом	60	26,43
3,77	4,00	39,96	208,23				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 6 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
16,57	12,44	22,93	273,66	1297	Запеканка из творога с рисом	150	51,18
0,01	0,00	2,54	10,42	984	Соус ягодный	20	0,97
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200	2,86
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,16
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,16
2,80	2,50	19,60	112,00	935	Йогурт порционный	125	35,98
0,75	3,10	11,02	80,28	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	11,79
1,91	6,24	9,20	137,10	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	17,98
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из курицы	100	73,60
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	22,19
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	11,19
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,62
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,62
61,60	42,96	213,14	1 636,57				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из курицы	100	61,62
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,58
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	9,37
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,87
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,87
33,81	16,35	105,28	803,37				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
1,91	6,24	9,20	137,10	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	16,07
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из курицы	100	65,82
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	19,84
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	10,01
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,13
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,13
35,71	22,58	114,48	940,47				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
1,91	6,24	9,20	137,10	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	26,43
1,91	6,24	9,20	137,10				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
4,39	4,11	149,17	262,50	677,23	Улитка с шоколадом®	60	14,04
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из курицы	100	67,11
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,23
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	10,20
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,21
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,21
38,20	20,46	254,45	1 065,87				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
0,75	3,10	11,02	80,28	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	11,79
1,91	6,24	9,20	137,10	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	17,97
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из курицы	100	73,60
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	22,19
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	11,19
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,62
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,62
36,46	25,68	125,50	1 020,75				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
4,39	4,11	149,17	262,50	677,23	Улитка с шоколадом®	60	26,43
4,39	4,11	149,17	262,50				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 9 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
8,98	9,68	53,66	338,72	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	250	26,22
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200	2,76
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,05
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,05
2,70	0,90	37,80	172,80	974	Бананы	180	62,23
1,02	4,13	5,64	63,90	1029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	7,50
2,13	6,53	12,18	109,49	63,01	Борщ с морской капустой и сметаной	250	29,72
10,84	35,23	4,17	304,35	599,02	**Поджарка из мяса	100	70,12
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	14,90
1,20	0	125,45	96,00	706,01	Напиток Золотой шар	200	15,11
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,32
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,32
42,40	66,54	351,08	1 729,50				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
10,84	35,23	4,17	304,35	599,02	**Поджарка из мяса	100	62,74
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	13,33
1,20	0	125,45	96,00	706,01	Напиток Золотой шар	200	13,52
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,86
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,86
21,82	42,97	199,23	824,85				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
2,13	6,53	12,18	109,49	63,01	Борщ с морской капустой и сметаной	250	25,75
10,84	35,23	4,17	304,35	599,02	**Поджарка из мяса	100	60,76
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	12,91
1,20	0	125,45	96,00	706,01	Напиток Золотой шар	200	13,10
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,74
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,74
23,94	49,50	211,41	934,34				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
2,13	6,53	12,18	109,49	63,01	Борщ с морской капустой и сметаной	250	26,43
2,13	6,53	12,18	109,49				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
5,16	3,98	35,41	196,79	934	Булочка "Веснушка"	60	9,95
10,84	35,23	4,17	304,35	599,02	**Поджарка из мяса	100	70,94
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	15,08
1,20	0	125,45	96,00	706,01	Напиток Золотой шар	200	15,29
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,37
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,37
26,97	46,95	234,65	1 021,63				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
1,02	4,13	5,64	63,90	1029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	7,50
2,13	6,53	12,18	109,49	63,01	Борщ с морской капустой и сметаной	250	29,72
10,84	35,23	4,17	304,35	599,02	**Поджарка из мяса	100	70,11
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	14,90
1,20	0	125,45	96,00	706,01	Напиток Золотой шар	200	15,11
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,32
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,32
24,96	53,62	217,05	998,24				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
5,16	3,98	35,41	196,79	934	Булочка "Веснушка"	60	26,43
5,16	3,98	35,41	196,79				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 10 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
15,92	7,60	15,36	253,49	1060	Шницель из птицы	100	53,97
0,34	2,09	1,35	20,63	600	Соус сметанный	20	1,57
3,97	7,01	26,61	186,01	995	Пюре картофельное	180	30,59
0,10	0,04	16,00	59,90	971	Чай ягодный	200	5,22
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,98
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,98
1,44	4,17	5,83	67,67	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	20,13
2,53	5,24	15,78	147,50	1016	Суп-пюре овощной	250	19,95
1,94	0,24	11,71	60,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	3,74
13,33	10,97	0	179,96	1027,26	**Фрикадельки по-Шведски	100	61,08
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	21,26
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	10,45
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,69
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,69
59,33	46,08	221,79	1 665,88				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
13,33	10,97	0	179,96	1027,26	**Фрикадельки по-Шведски	100	58,19
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	20,25
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	9,95
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,46
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,46
27,32	17,34	101,55	710,79				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
2,53	5,24	15,78	147,50	1016	Суп-пюре овощной	250	19,02
1,94	0,24	11,71	60,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	3,57
13,33	10,97	0	179,96	1027,26	**Фрикадельки по-Шведски	100	58,24
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	20,27
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	9,96
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,47
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,47
31,79	22,82	129,04	918,29				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
2,53	5,24	15,78	147,50	1016	Суп-пюре овощной	250	26,43
2,53	5,24	15,78	147,50				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
5,85	5,48	198,89	135,26	677,08	Слойка с клубникой ©	60	37,84
13,33	10,97	0	179,96	1027,26	**Фрикадельки по-Шведски	100	49,12
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	17,10
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	8,40
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,77
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,77
33,17	22,82	300,44	846,05				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
1,44	4,17	5,83	67,67	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	20,12
2,53	5,24	15,78	147,50	1016	Суп-пюре овощной	250	19,95
1,94	0,24	11,71	60,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	3,74
13,33	10,97	0	179,96	1027,26	**Фрикадельки по-Шведски	100	61,09
7,77	3,91	46,46	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	21,26
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	10,44
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,69
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,69
33,24	26,99	134,86	985,96				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
6,83	6,39	232,04	157,80	677,08	Слойка с клубникой ©	70	26,43
6,83	6,39	232,04	157,80				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 11 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
7,70	7,45	13,94	158,20	1066,02	**Сырники с яблоком	70	30,88
1,58	1,74	10,88	64,20	902	Молоко сгущенное	20	8,29
16,82	19,00	45,22	276,46	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	190	37,53
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200	6,40
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,13
3,00	3,92	20,93	162,80	1141	Печенье детское (конд изд)	40	10,08
0,70	5,05	2,21	58,47	30	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами, Витаминный	60	8,80
2,64	6,41	18,77	148,64	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	15,49
0,91	10,06	7,20	122,18	1387,02	**Азу из говядины	100	92,76
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,62
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200	8,24
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,04
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,04
51,10	64,32	254,48	1 705,73				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
0,91	10,06	7,20	122,18	1387,02	**Азу из говядины	100	74,17
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,69
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200	6,59
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,43
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,43
16,04	19,75	112,82	699,42				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
2,64	6,41	18,77	148,64	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	13,55
0,91	10,06	7,20	122,18	1387,02	**Азу из говядины	100	81,13
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	12,79
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200	7,21
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,66
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,66
18,69	26,16	131,59	848,06				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
2,64	6,41	18,77	148,64	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	26,43
2,64	6,41	18,77	148,64				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
3,07	2,03	19,17	107,89	783	Булочка с корицей	60	7,19
0,91	10,06	7,20	122,18	1387,02	**Азу из говядины	100	85,97
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,56
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200	7,64
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,82
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,82
19,11	21,78	131,99	807,30				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
0,70	5,05	2,21	58,47	30	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами, Витаминный	60	8,80
2,64	6,41	18,77	148,64	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	15,49
0,91	10,06	7,20	122,18	1387,02	**Азу из говядины	100	92,75
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,62
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200	8,24
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,04
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,04
19,39	31,21	133,79	906,53				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
3,07	2,03	19,17	107,89	783	Булочка с корицей	60	26,43
3,07	2,03	19,17	107,89				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 12 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из курицы	100	55,03
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	11,92
0	0	11,18	44,69	854,01	Чай с шиповником	200	11,56
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,45
1,56	12,24	25,00	40,00	450,02	Маффин шоколадный ®	40	15,35
0,52	3,13	4,82	49,91	1101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	60	7,87
1,91	4,17	11,17	90,40	1165,04	Суп овощной Минестроне	250	26,39
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	65,45
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	1,06
5,63	6,30	40,17	239,86	1000,02	Булгур рассыпчатый	180	35,35
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	6,13
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,74
50,53	64,78	192,87	1 513,02				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	57,00
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	0,93
5,63	6,30	40,17	239,86	1000,02	Булгур рассыпчатый	180	30,78
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	5,34
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,26
20,49	31,81	79,06	685,86				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
1,91	4,17	11,17	90,40	1165,04	Суп овощной Минестроне	250	22,32
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	55,38
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	0,90
5,63	6,30	40,17	239,86	1000,02	Булгур рассыпчатый	180	29,90
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	5,18
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,16
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,16
25,61	37,33	103,28	858,46				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
1,91	4,17	11,17	90,40	1165,04	Суп овощной Минестроне	250	26,43
1,91	4,17	11,17	90,40				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
5,32	4,00	35,03	197,31	1047	Булочка сдобная с куркумой	60	7,92
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	63,53
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	1,03
5,63	6,30	40,17	239,86	1000,02	Булгур рассыпчатый	180	34,31
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	5,95
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,63
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,63
29,02	37,16	127,14	965,37				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
0,52	3,13	4,82	49,91	1101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	60	7,87
1,91	4,17	11,17	90,40	1165,04	Суп овощной Минестроне	250	26,39
12,06	23,46	7,99	291,43	1062	Тефтели мясные с рисом	100	65,45
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20	1,06
5,63	6,30	40,17	239,86	1000,02	Булгур рассыпчатый	180	35,34
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	6,13
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,74
22,92	39,12	95,05	826,17				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
5,32	4,00	35,03	197,31	1047	Булочка сдобная с куркумой	60	26,43
5,32	4,00	35,03	197,31				26,43

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

ждуаю,
ректор
тания"
ырева

на 13 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Двухразовое питание 5-11 кл 243,3							
2,75	2,85	17,75	107,90	1330,01	**Блинчики	50	7,53
0,04	0,03	6,56	27,05	1142	Повидло	40	7,19
20,22	22,54	5,13	304,80	891	Омлет запеченный или паровой	200	73,46
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200	2,85
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,14
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,14
0,57	6,03	4,97	76,82	817	Маринад овощной	60	8,08
2,97	6,56	16,43	137,03	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	16,17
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	78,96
4,47	7,42	21,62	171,19	0	Картофель по-деревенски	180	27,51
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	7,77
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,75
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,75
66,01	51,79	163,78	1 462,68				243,30
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Компл(смещ завт) 5-11 кл 93,57							
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	57,54
4,78	14,23	38,47	301,45	927,09	Картофель по - деревенски	190	28,65
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	5,66
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	2,73
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,73
34,01	18,24	87,22	719,58				97,31
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 суп							
2,97	6,56	16,43	137,03	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	13,14
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	64,19
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по - деревенски	180	30,28
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	6,31
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,04
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,04
36,73	24,05	101,62	840,74				120,00
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 суп							
2,97	6,56	16,43	137,03	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	26,43
2,97	6,56	16,43	137,03				26,43
ЕКБ ЛЕН Комплекс 120 вып							
4,01	4,74	37,00	207,12	1182	Манник	60	10,71
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	65,64
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по - деревенски	180	30,97
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	6,46
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,11
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,11
37,77	22,23	122,19	910,83				120,00
ЕКБ ЛЕН, ОКТ Обед 5-11 кл 145,98							
0,57	6,03	4,97	76,82	817	Маринад овощной	60	8,08
2,97	6,56	16,43	137,03	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	16,17
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	78,95
4,47	7,42	21,62	171,19	0	Картофель по-деревенски	180	27,51
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	7,77
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30	3,75
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3,75
37,24	24,03	91,77	803,17				145,98
ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,43 вып							
4,01	4,74	37,00	207,12	1182	Манник	60	26,43
4,01	4,74	37,00	207,12				26,43

Технолог: