

Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ

02.10.2024 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак		601	16,93	12,45	81,76	65,57	665,00	50,20
	Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,65
	Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	20,44
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	10,01
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40	
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	2,10
Второй завтрак		358	9,36	5,29	78,09	18,95	435,00	57,38
	Бутерброды горячие с сыром	121	5,58	4,36	14,84	0,05	50	5,67
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	185	44,71
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	7,00
Обед		896	33,80	34,41	113,22	24,33	863,00	63,38
	Помидоры свежие	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60	5,86
	Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	5,91
	Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150	46,92
	Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,64
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40	
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80	
	Соль						3	0,05
Полдник		597	31,28	24,03	69,43	1,83	410,00	38,16
	Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	34,21
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	3,95
Ужин		396	12,15	21,29	39,10	2,73	420,00	25,11
	Макароны, запеченные с яйцом	81	0,76	8,20	1,14	0,13	135/5	15,66
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	9,45
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40	
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40	200,00	
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	
Итого за день:		2 948	109,32	102,47	389,60	114,81	2993	234,23

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ

02.10.2024 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак		601	16,93	12,45	81,76	65,57	665,00	50,19
	Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,64
	Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	20,44
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	10,01
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40	
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	2,10
Второй завтрак		358	9,36	5,29	78,09	18,95	435,00	57,38
	Бутерброды горячие с сыром	121	5,58	4,36	14,84	0,05	50	5,67
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	185	44,71
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	7,00
Обед		946	38,39	23,26	143,27	37,97	1 015,00	67,14
	Помидоры свежие	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60	5,86
	Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	7,08
	Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	090/190	49,47
	Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,64
	Хлеб пшеничный	90	4,04	0,75	16,84		50	
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120	
	Соль						5	0,09
Полдник		770	40,64	31,14	87,27	2,01	480,00	49,56
	Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	45,61
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	3,95
Ужин		396	12,15	21,29	39,10	2,73	420,00	25,11
	Макароны, запеченные с яйцом	81	0,76	8,20	1,14	0,13	135/5	15,66
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	9,45
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40	
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40	200,00	
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	
Итого за день:		3 171	123,26	98,43	437,48	128,63	3215	249,38

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)