



Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ
05.11.2024 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		471	12,57	21,44	57,03	7,02	435
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
Второй завтрак		247	4,05	4,34	51,08	20,40	415
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185
Обед		1 039	41,31	34,89	135,48	8,70	933
	Огурец свежий	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60
	Суп картофельный с бобовыми	148	5,49	5,27	16,54	1,46	250
	Мясо тушеное (говядина)	284	19,00	21,75	2,88	1,09	100
	Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80
	Соль						3
Полдник		379	10,30	5,76	73,67	0,52	300
	Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Ужин		803	24,57	28,06	89,32	475,71	712
	Сельдь с луком	262	15,18	20,08	4,92	420,00	150
	Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7
Второй ужин		102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:		3 041	98,60	99,49	414,98	512,95	2995

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.
(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ
05.11.2024 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		471	12,57	21,44	57,03	7,02	435
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
Второй завтрак		247	4,05	4,34	51,08	20,40	415
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185
Обед		1 221	49,61	40,85	157,89	9,82	1 055
	Огурец свежий	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60
	Суп картофельный с бобовыми	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300
	Мясо тушеное (говядина)	341	22,80	26,10	3,45	1,58	120
	Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120
	Соль						5
Полдник		379	10,30	5,76	73,67	0,52	300
	Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Ужин		803	24,57	28,06	89,32	475,71	712
	Сельдь с луком	262	15,18	20,08	4,92	420,00	150
	Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7
Второй ужин		102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:		3 224	106,89	105,46	437,38	514,07	3117

Составитель Завсклад

(должность)

 Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)