

Столовая  
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ  
06.03.2025 четверг



| Тип блюда      | Наименование                        | Энерг. цен. | Б      | Ж      | У      | С      | Вес (г) |
|----------------|-------------------------------------|-------------|--------|--------|--------|--------|---------|
| Завтрак        |                                     | 480         | 17,42  | 19,54  | 58,61  | 4,20   | 530     |
|                | Суп молочный с крупой               | 165         | 6,03   | 6,45   | 20,65  | 1,60   | 250     |
|                | Бутерброд с маслом                  | 136         | 2,36   | 7,49   | 14,89  |        | 40      |
|                | Хлеб пшеничный                      | 72          | 3,23   | 0,60   | 13,47  |        | 40      |
|                | Молоко кипяченое                    | 107         | 5,80   | 5,00   | 9,60   | 2,60   | 200     |
| Второй завтрак |                                     | 309         | 3,50   | 5,10   | 76,60  | 20,57  | 445     |
|                | Бутерброды с повидлом (1-й вариант) | 176         | 1,70   | 4,30   | 32,60  | 0,17   | 60      |
|                | Сок фруктовый                       | 45          | 1,00   |        | 24,40  | 0,40   | 200     |
|                | Яблоки свежие                       | 88          | 0,80   | 0,80   | 19,60  | 20,00  | 185     |
| Обед           |                                     | 1 238       | 44,89  | 53,87  | 140,28 | 36,58  | 833     |
|                | Суп картофельный с клецками         | 310         | 8,43   | 6,34   | 53,98  | 18,40  | 250     |
|                | Курица отварная                     | 376         | 24,76  | 30,18  | 1,33   | 0,16   | 100/10  |
|                | Рагу из овощей                      | 203         | 2,53   | 15,70  | 12,29  | 17,87  | 150     |
|                | Компот из смеси сухофруктов         | 133         | 0,66   | 0,09   | 32,01  | 0,15   | 200     |
|                | Хлеб пшеничный                      | 72          | 3,23   | 0,60   | 13,47  |        | 40      |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                | 145         | 5,28   | 0,96   | 27,20  |        | 80      |
|                | Соль                                |             |        |        |        |        | 3       |
| Полдник        |                                     | 217         | 7,70   | 9,78   | 30,06  | 1,30   | 260     |
|                | Вафли кондитерские                  | 138         | 4,50   | 7,08   | 14,16  |        | 60      |
|                | Кофейный напиток с молоком          | 79          | 3,20   | 2,70   | 15,90  | 1,30   | 200     |
| Ужин           |                                     | 843         | 31,93  | 40,33  | 82,44  | 112,36 | 605     |
|                | Каша рассыпчатая (гречневая)        | 175         | 5,53   | 5,97   | 24,91  |        | 100     |
|                | Оладьи из печени                    | 328         | 18,68  | 22,56  | 7,64   | 95,26  | 100/10  |
|                | Капуста тушеная                     | 77          | 2,04   | 3,68   | 7,89   | 17,08  | 100     |
|                | Бутерброд с маслом                  | 136         | 2,36   | 7,49   | 14,89  |        | 40      |
|                | Хлеб пшеничный                      | 72          | 3,23   | 0,60   | 13,47  |        | 40      |
|                | Чай с сахаром                       | 55          | 0,09   | 0,03   | 13,64  | 0,02   | 200/15  |
| 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: |                                     | 3 189       | 111,23 | 133,62 | 396,39 | 175,60 | 2873    |

Составитель Завсклад

(должность)

*Литвинова Е.В.*  
(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)



Столовая

Дети 12-18 (Шк)

**МЕНЮ****06.03.2025 четверг**

Дементева Б.А.

| Тип блюда             | Наименование                        | Энерг. цен.  | Б             | Ж             | У             | С             | Вес (г)     |
|-----------------------|-------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                     | <b>531</b>   | <b>19,43</b>  | <b>20,98</b>  | <b>66,11</b>  | <b>4,52</b>   | <b>590</b>  |
|                       | Суп молочный с крупой               | 198          | 7,23          | 7,74          | 24,78         | 1,92          | 300         |
|                       | Бутерброд с маслом                  | 136          | 2,36          | 7,49          | 14,89         |               | 40          |
|                       | Хлеб пшеничный                      | 90           | 4,04          | 0,75          | 16,84         |               | 50          |
|                       | Молоко кипяченое                    | 107          | 5,80          | 5,00          | 9,60          | 2,60          | 200         |
| <b>Второй завтрак</b> |                                     | <b>309</b>   | <b>3,50</b>   | <b>5,10</b>   | <b>76,60</b>  | <b>20,57</b>  | <b>445</b>  |
|                       | Бутерброды с повидлом (1-й вариант) | 176          | 1,70          | 4,30          | 32,60         | 0,17          | 60          |
|                       | Сок фруктовый                       | 45           | 1,00          |               | 24,40         | 0,40          | 200         |
|                       | Яблоки свежие                       | 88           | 0,80          | 0,80          | 19,60         | 20,00         | 185         |
| <b>Обед</b>           |                                     | <b>1 392</b> | <b>50,49</b>  | <b>55,99</b>  | <b>168,27</b> | <b>40,26</b>  | <b>935</b>  |
|                       | Суп картофельный с клецками         | 373          | 10,58         | 7,83          | 65,00         | 22,08         | 300         |
|                       | Курица отварная                     | 376          | 24,76         | 30,18         | 1,33          | 0,16          | 100/10      |
|                       | Рагу из овощей                      | 203          | 2,53          | 15,70         | 12,29         | 17,87         | 150         |
|                       | Компот из смеси сухофруктов         | 133          | 0,66          | 0,09          | 32,01         | 0,15          | 200         |
|                       | Хлеб пшеничный                      | 90           | 4,04          | 0,75          | 16,84         |               | 50          |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                | 217          | 7,92          | 1,44          | 40,80         |               | 120         |
|                       | Соль                                |              |               |               |               |               | 5           |
| <b>Полдник</b>        |                                     | <b>217</b>   | <b>7,70</b>   | <b>9,78</b>   | <b>30,06</b>  | <b>1,30</b>   | <b>260</b>  |
|                       | Вафли кондитерские                  | 138          | 4,50          | 7,08          | 14,16         |               | 60          |
|                       | Кофейный напиток с молоком          | 79           | 3,20          | 2,70          | 15,90         | 1,30          | 200         |
| <b>Ужин</b>           |                                     | <b>843</b>   | <b>31,93</b>  | <b>40,33</b>  | <b>82,44</b>  | <b>112,36</b> | <b>605</b>  |
|                       | Каша рассыпчатая (гречневая)        | 175          | 5,53          | 5,97          | 24,91         |               | 100         |
|                       | Оладьи из печени                    | 328          | 18,68         | 22,56         | 7,64          | 95,26         | 100/10      |
|                       | Капуста тушеная                     | 77           | 2,04          | 3,68          | 7,89          | 17,08         | 100         |
|                       | Бутерброд с маслом                  | 136          | 2,36          | 7,49          | 14,89         |               | 40          |
|                       | Хлеб пшеничный                      | 72           | 3,23          | 0,60          | 13,47         |               | 40          |
|                       | Чай с сахаром                       | 55           | 0,09          | 0,03          | 13,64         | 0,02          | 200/15      |
| <b>Второй ужин</b>    |                                     | <b>102</b>   | <b>5,80</b>   | <b>5,00</b>   | <b>8,40</b>   | <b>0,60</b>   | <b>200</b>  |
|                       | Ряженка                             | 102          | 5,80          | 5,00          | 8,40          | 0,60          | 200         |
| <b>Итого за день:</b> |                                     | <b>3 394</b> | <b>118,84</b> | <b>137,18</b> | <b>431,88</b> | <b>179,60</b> | <b>3035</b> |

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)