

Столовая

Дети 7-11 (Шк)

# МЕНЮ

08.11.2024 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	Вес (г)	
<b>Завтрак</b>		<b>668</b>	<b>28,37</b>	<b>16,50</b>	<b>78,26</b>	<b>59,26</b>	<b>665</b>
	Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100
	Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100
	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 завтрак</b>		<b>237</b>	<b>5,53</b>	<b>10,17</b>	<b>30,84</b>	<b>0,26</b>	<b>240</b>
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200
<b>Обед</b>		<b>860</b>	<b>35,77</b>	<b>20,15</b>	<b>144,22</b>	<b>38,48</b>	<b>1 048</b>
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	148	5,49	5,27	16,54	1,46	250
	Плов из курицы	351	19,49	12,04	41,09	10,63	230
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80
	Соль						3
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185
<b>Итого за день:</b>		<b>1 765</b>	<b>69,66</b>	<b>46,82</b>	<b>253,31</b>	<b>98,00</b>	<b>1953</b>

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (Шк)

# МЕНЮ

08.11.2024 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>		<b>734</b>	<b>33,70</b>	<b>18,37</b>	<b>85,05</b>	<b>59,46</b>	<b>705</b>
	Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120
	Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100
	Хлеб пшеничный	108	4,84	0,90	20,20		60
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
<b>Второй завтрак</b>		<b>237</b>	<b>5,53</b>	<b>10,17</b>	<b>30,84</b>	<b>0,26</b>	<b>240</b>
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200
<b>Обед</b>		<b>1 056</b>	<b>44,55</b>	<b>24,45</b>	<b>173,42</b>	<b>44,25</b>	<b>1 200</b>
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300
	Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	15,75	280
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Хлеб пшеничный	90	4,04	0,75	16,84		50
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120
	Соль						5
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185
<b>Итого за день:</b>		<b>2 027</b>	<b>83,78</b>	<b>52,99</b>	<b>289,31</b>	<b>103,96</b>	<b>2145</b>

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)