

Директор



Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ
12.11.2024 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	Вес (г)
Завтрак		797	23,23	37,48	91,56	0,81 485
	Олады (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55 150/40
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28	1 шт.
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47	40
	Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20	15
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26 200
Второй завтрак		351	6,03	4,47	70,33	18,90 415
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40 200
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50 185
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08	30
Обед		1 102	41,92	47,09	124,68	13,21 973
	Зеленый горошек консервированный	17	1,20	0,05	3,07	6,00 60
	Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06 250
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16 100/10
	Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02	30
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84 200
	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		455	18,93	15,39	60,98	16,42 510
	Рагу из птицы	248	13,80	14,40	15,90	10,40 175
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00 60
	Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52	60
	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:		3 186	106,22	115,19	429,62	50,46 2883

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.
(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ
12.11.2024 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		797	23,23	37,48	91,56	0,81	485
	Олады (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200
Второй завтрак		351	6,03	4,47	70,33	18,90	415
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	185
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30
Обед		1 215	45,72	48,19	145,63	14,12	1 075
	Зеленый горошек консервированный	17	1,20	0,05	3,07	6,00	60
	Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10
	Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	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		455	18,93	15,39	60,98	16,42	510
	Рагу из птицы	248	13,80	14,40	15,90	10,40	175
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60
	Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60
	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:		3 299	110,01	116,30	450,57	51,37	2985

Составитель Завсклад

(должность)


(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)