

Столовая  
Дети 7-11 (Шк)

## МЕНЮ

### 16.04.2025 среда



Дементева Б.А.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>		<b>601</b>	<b>16,93</b>	<b>12,45</b>	<b>81,76</b>	<b>65,57</b>	<b>665</b>
	Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	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>217</b>	<b>7,79</b>	<b>4,63</b>	<b>50,09</b>	<b>80,85</b>	<b>450</b>
	Бутерброды горячие с сыром	121	5,58	4,36	14,84	0,05	50
	Апельсин	51	1,21	0,27	10,85	80,40	200
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
<b>Обед</b>		<b>892</b>	<b>33,80</b>	<b>33,99</b>	<b>112,32</b>	<b>20,13</b>	<b>863</b>
	Овощи натуральные соленые(капуста)	8	0,48	0,06	1,02	1,80	60
	Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250
	Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150
	Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80
	Соль						3
<b>Полдник</b>		<b>597</b>	<b>31,28</b>	<b>24,03</b>	<b>69,43</b>	<b>1,83</b>	<b>410</b>
	Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200
<b>Ужин</b>		<b>396</b>	<b>12,15</b>	<b>21,29</b>	<b>39,10</b>	<b>2,73</b>	<b>420</b>
	Макароны,запеченные с яйцом	81	0,76	8,20	1,14	0,13	135/5
	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
<b>Второй ужин</b>		<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>	<b>200</b>
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
<b>Итого за день:</b>		<b>2 804</b>	<b>107,75</b>	<b>101,39</b>	<b>360,70</b>	<b>172,51</b>	<b>3008</b>

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)





Дементева Б.А.

Столовая  
Дети 12-18 (Шк)**МЕНЮ**  
**16.04.2025 среда**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>		<b>601</b>	<b>16,93</b>	<b>12,45</b>	<b>81,76</b>	<b>65,57</b>	<b>665</b>
	Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	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>217</b>	<b>7,79</b>	<b>4,63</b>	<b>50,09</b>	<b>80,85</b>	<b>450</b>
	Бутерброды горячие с сыром	121	5,58	4,36	14,84	0,05	50
	Апельсин	51	1,21	0,27	10,85	80,40	200
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
<b>Обед</b>		<b>943</b>	<b>38,39</b>	<b>22,84</b>	<b>142,37</b>	<b>33,77</b>	<b>1 015</b>
	Овощи натуральные соленые(капуста)	8	0,48	0,06	1,02	1,80	60
	Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300
	Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	90/190
	Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	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>770</b>	<b>40,64</b>	<b>31,14</b>	<b>87,27</b>	<b>2,01</b>	<b>480</b>
	Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200
<b>Ужин</b>		<b>396</b>	<b>12,15</b>	<b>21,29</b>	<b>39,10</b>	<b>2,73</b>	<b>420</b>
	Макароны,запеченные с яйцом	81	0,76	8,20	1,14	0,13	135/5
	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
<b>Второй ужин</b>		<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>	<b>200</b>
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
<b>Итого за день:</b>		<b>3 027</b>	<b>121,69</b>	<b>97,35</b>	<b>408,58</b>	<b>186,33</b>	<b>3230</b>

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)