



Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ

18.11.2024 понедельник

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		202	4,05	4,34	51,08	20,40	415
	Вафли кондитерские	69	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		777	23,69	16,39	127,26	30,82	836
	Суп картофельный с макаронными изделиями	118	2,69	2,84	17,45	2,06	250
	Голубцы с мясом и рисом	182	10,00	8,22	16,92	14,19	108/50
	Картофель отварной	105	2,02	3,96	13,99	14,42	100/5
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Соль						3
Полдник		237	4,46	3,99	45,91	0,09	275
	Ватрушка с повидлом	201	4,46	3,99	36,83	0,09	75
	Кисель из концентрата	36			9,08		200
Ужин		867	42,28	36,67	91,92	3,18	510
	Масло (порциями)	66	0,08	7,25	0,13		10
	Запеканка из творога	568	30,75	23,37	58,62	0,58	200/30
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200
	Хлеб пшеничный	126	5,65	1,05	23,57		70
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
Итого за день:		2 654	92,84	87,83	381,19	62,91	2671

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ**18.11.2024 понедельник**

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		202	4,05	4,34	51,08	20,40	415
	Вафли кондитерские	69	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		896	27,63	17,52	149,27	31,73	938
	Суп картофельный с макаронными изделиями	142	3,23	3,40	20,95	2,97	300
	Голубцы с мясом и рисом	182	10,00	8,22	16,92	14,19	108/50
	Картофель отварной	105	2,02	3,96	13,99	14,42	100/5
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120
	Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50
	Соль						5
Полдник		304	5,94	5,32	58,18	0,16	300
	Ватрушка с повидлом	268	5,94	5,32	49,10	0,16	100
	Кисель из концентрата	36			9,08		200
Ужин		813	39,86	36,22	81,82	3,18	480
	Масло (порциями)	66	0,08	7,25	0,13		10
	Запеканка из творога	568	30,75	23,37	58,62	0,58	200/30
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
Итого за день:		2 786	95,85	89,83	405,38	63,89	2768

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)