

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ**19.03.2024 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		859	24,35	37,34	106,21	0,81		38,87	
	Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	6,75	И000401
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	15,99	И000209
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		И000108
	Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	12,38	И000014
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	3,75	И000379
Второй завтрак		247	4,05	4,34	51,08	20,40		24,90	
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	9,00	Я000389
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,90	Я000452
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185	12,00	Я000338
Обед		1 198	44,52	48,14	142,56	8,12		61,37	
	Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	4,17	И000101
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	41,43	И000288
	Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	1,28	И000443
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,59	И000312
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,81	И000349
	Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50		Я000008
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120		И000110
	Соль						5	0,09	300
Полдник		379	10,30	5,76	73,67	0,52		3,70	
	Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100		Я00014
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	3,70	И000382
Ужин		455	18,93	15,39	60,98	16,42		16,17	
	Рагу из птицы	248	13,80	14,40	15,90	10,40	175	4,94	И000289
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60	8,66	Я00070
	Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60		Я000008
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,82	И000376
	Лавровый лист						1	0,75	0002
Второй ужин		102	5,80	5,00	8,40	0,60			
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200		И000386
Итого за день:		3 240	107,95	115,97	442,89	46,87		145,01	

Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ

19.03.2024 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		859	24,35	37,34	106,21	0,81		38,90	
	Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	6,78	И000401
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	15,99	И000209
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		ИН00108
	Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	12,38	И000014
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	3,75	И000379
Второй завтрак		247	4,05	4,34	51,08	20,40		24,90	
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	9,00	Я000389
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,90	Я000452
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185	12,00	Я000338
Обед		1 085	40,72	47,04	121,61	7,21		79,57	
	Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	3,48	И000101
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	60,35	И000288
	Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	1,30	ИН00443
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,59	И000312
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,80	И000349
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40		Я000008
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80		ИН00110
	Соль						3	0,05	300
Полдник		379	10,30	5,76	73,67	0,52		3,70	
	Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100		Я00014
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	3,70	И000382
Ужин		460	18,91	15,38	62,34	16,43		42,35	
	Рагу из птицы	248	13,80	14,40	15,90	10,40	175	31,44	ИН00289
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60	8,67	Я00070
	Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60		Я000008
	Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	200/15	1,49	И000376
	Лавровый лист						1	0,75	0002
Второй ужин		102	5,80	5,00	8,40	0,60			
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200		И000386
Итого за день:		3 132	104,13	114,86	423,31	45,97		189,42	