

Столовая
Дети 7-11 (Шк)**МЕНЮ**
20.12.2023 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		664	18,04	12,31	96,41	65,57		41,57	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	19,44	ИН00342
	Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	12,81	И000125
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,58	И000075
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		ИН00108
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	И000376
Второй завтрак		358	9,36	5,29	78,09	18,95		54,52	
	Бутерброды горячие с сыром	121	5,58	4,36	14,84	0,05	50	4,28	И000007
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	185	39,44	ИН00338
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
Обед		958	34,91	34,27	127,86	24,33		57,35	
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60		Я00070
	Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	5,57	И000088
	Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150	47,07	И000291
	Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,66	Я000699
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		ИН00108
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80		ИН00110
	Соль						3	0,05	300
Полдник		597	31,28	24,03	69,43	1,83		33,37	
	Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	23,94	И000223
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,43	ИН00501
Ужин		458	13,26	21,15	53,74	2,73		32,92	
	Макароны, запеченные с яйцом	81	0,76	8,20	1,14	0,13	135/5	12,62	Я000206
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	7,22	И000001
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		ИН00108
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	13,08	И000385
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40		13,46	
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,46	И000386
Итого за день:		3 135	112,66	102,04	433,53	114,81		233,19	

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ
20.12.2023 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		664	18,04	12,31	96,41	65,57		41,52	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	19,37	ИН00342
	Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	12,81	И000125
	Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,60	И000075
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		ИН00108
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	И000376
Второй завтрак		358	9,36	5,29	78,09	18,95		54,73	
	Бутерброды горячие с сыром	121	5,58	4,36	14,84	0,05	50	4,38	И000007
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	185	39,55	ИН00338
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
Обед		1 024	39,78	23,08	161,57	37,97		68,74	
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60		Я00070
	Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	6,65	И000088
	Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	090/190	57,29	И000291
	Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,71	Я000699
	Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50		ИН00108
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120		ИН00110
	Соль						5	0,09	300
Полдник		770	40,64	31,14	87,27	2,01		41,44	
	Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	32,01	И000223
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,43	ИН00501
Ужин		458	13,26	21,15	53,74	2,73		33,09	
	Макароны, запеченные с яйцом	81	0,76	8,20	1,14	0,13	135/5	12,79	Я000206
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	7,22	И000001
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40		ИН00108
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	13,08	И000385
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40		12,63	
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	12,63	И000386
Итого за день:		3 374	126,88	97,97	485,08	128,63		252,15	