

Столовая

Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ

20.12.2024 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		690	22,33	18,44	85,39	58,87	675
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	100/10
	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
Второй завтрак		288	6,74	10,44	41,69	80,66	440
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200
	Апельсин	51	1,21	0,27	10,85	80,40	200
Обед		769	34,97	18,93	123,72	14,28	863
	Овощи натуральные соленые(капуста)	8	0,48	0,06	1,02	1,80	60
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	148	5,49	5,27	16,54	1,46	250
	Плов из курицы	351	19,49	12,04	41,09	10,63	230
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80
	Соль						3
Итого за день:		1 747	64,03	47,81	250,79	153,81	1978

Составитель Завклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ
20.12.2024 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		726	23,94	18,74	92,12	58,87	695
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	100/10
	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	108	4,84	0,90	20,20		60
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
Второй завтрак		288	6,74	10,44	41,69	80,66	440
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200
	Апельсин	51	1,21	0,27	10,85	80,40	200
Обед		965	43,75	23,23	152,92	20,05	1 015
	Овощи натуральные соленые(капуста)	8	0,48	0,06	1,02	1,80	60
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300
	Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	15,75	280
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Хлеб пшеничный	90	4,04	0,75	16,84		50
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120
	Соль						5
Итого за день:		1 979	74,43	52,41	286,73	159,57	2150

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)