

Столовая

Дети 7-11 (Шк)

**МЕНЮ****23.05.2025 пятница**

| Тип блюда             | Наименование                         | Энерг. цен.  | Б             | Ж            | У             | С             | Вес (г)     |
|-----------------------|--------------------------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                      | <b>690</b>   | <b>22,33</b>  | <b>18,44</b> | <b>85,39</b>  | <b>58,87</b>  | <b>675</b>  |
|                       | 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      |
| <b>Второй завтрак</b> |                                      | <b>288</b>   | <b>6,74</b>   | <b>10,44</b> | <b>41,69</b>  | <b>80,66</b>  | <b>440</b>  |
|                       | 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         |
| <b>Обед</b>           |                                      | <b>772</b>   | <b>34,97</b>  | <b>19,35</b> | <b>124,62</b> | <b>18,48</b>  | <b>863</b>  |
|                       | Огурец соленый                       | 11           | 0,48          | 0,48         | 1,92          | 6,00          | 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           |
| <b>Полдник</b>        |                                      | <b>358</b>   | <b>6,87</b>   | <b>2,45</b>  | <b>74,94</b>  | <b>1,83</b>   | <b>300</b>  |
|                       | Булочка йодированная                 | 239          | 6,76          | 2,33         | 49,85         |               | 100         |
|                       | Кисель из яблок                      | 119          | 0,11          | 0,12         | 25,09         | 1,83          | 200         |
| <b>Ужин</b>           |                                      | <b>887</b>   | <b>31,68</b>  | <b>39,71</b> | <b>94,67</b>  | <b>101,28</b> | <b>665</b>  |
|                       | Каша перловая рассыпчатая            | 279          | 6,12          | 8,98         | 41,96         |               | 200         |
|                       | Оладьи из печени                     | 328          | 18,68         | 22,56        | 7,64          | 95,26         | 100/10      |
|                       | Зеленый горошек консервированный     | 17           | 1,20          | 0,05         | 3,07          | 6,00          | 60          |
|                       | Бутерброд с маслом                   | 136          | 2,36          | 7,49         | 14,89         |               | 40          |
|                       | 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 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>3 095</b> | <b>108,38</b> | <b>95,39</b> | <b>429,30</b> | <b>262,52</b> | <b>3143</b> |

Составитель Завсклад

(должность)



(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)



Столовая  
Дети 12-18 (Шк)

**МЕНЮ**  
**23.05.2025 пятница**

| Тип блюда             | Наименование                         | Энерг. цен.  | Б             | Ж            | У             | С             | Вес (г)      |
|-----------------------|--------------------------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                      | <b>726</b>   | <b>23,94</b>  | <b>18,74</b> | <b>92,12</b>  | <b>58,87</b>  | <b>695</b>   |
|                       | 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       |
| <b>Второй завтрак</b> |                                      | <b>288</b>   | <b>6,74</b>   | <b>10,44</b> | <b>41,69</b>  | <b>80,66</b>  | <b>440</b>   |
|                       | 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          |
| <b>Обед</b>           |                                      | <b>968</b>   | <b>43,75</b>  | <b>23,65</b> | <b>153,82</b> | <b>24,25</b>  | <b>1 015</b> |
|                       | Огурец соленый                       | 11           | 0,48          | 0,48         | 1,92          | 6,00          | 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            |
| <b>Полдник</b>        |                                      | <b>358</b>   | <b>6,87</b>   | <b>2,45</b>  | <b>74,94</b>  | <b>1,83</b>   | <b>300</b>   |
|                       | Булочка йодированная                 | 239          | 6,76          | 2,33         | 49,85         |               | 100          |
|                       | Кисель из яблок                      | 119          | 0,11          | 0,12         | 25,09         | 1,83          | 200          |
| <b>Ужин</b>           |                                      | <b>887</b>   | <b>31,68</b>  | <b>39,71</b> | <b>94,67</b>  | <b>101,28</b> | <b>665</b>   |
|                       | Каша перловая рассыпчатая            | 279          | 6,12          | 8,98         | 41,96         |               | 200          |
|                       | Оладьи из печени                     | 328          | 18,68         | 22,56        | 7,64          | 95,26         | 100/10       |
|                       | Зеленый горошек консервированный     | 17           | 1,20          | 0,05         | 3,07          | 6,00          | 60           |
|                       | Бутерброд с маслом                   | 136          | 2,36          | 7,49         | 14,89         |               | 40           |
|                       | 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 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>3 327</b> | <b>118,78</b> | <b>99,99</b> | <b>465,24</b> | <b>268,28</b> | <b>3315</b>  |

Составитель Завсклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)