

| Тип блюда      | Наименование                         | Энерг.цен. | Б     | Ж     | У      | С      | Вес (г)  | Цена (РУБ) |
|----------------|--------------------------------------|------------|-------|-------|--------|--------|----------|------------|
| Завтрак        |                                      | 505        | 18,50 | 19,46 | 63,71  | 1,49   | 490,00   | 41,52      |
|                | Яйца вареные                         | 63         | 5,08  | 4,60  | 0,28   |        | 1 шт.    | 13,00      |
|                | Каша жидкая молочная из манной крупы | 251        | 6,11  | 10,72 | 32,38  | 1,17   | 200/10   | 18,12      |
|                | Хлеб пшеничный                       | 72         | 3,23  | 0,60  | 13,47  |        | 40       |            |
|                | Какао с молоком                      | 119        | 4,08  | 3,54  | 17,58  | 0,32   | 200      | 10,40      |
| Второй завтрак |                                      | 279        | 3,25  | 8,32  | 48,13  | 20,02  | 440,00   | 24,55      |
|                | Бутерброд с маслом                   | 136        | 2,36  | 7,49  | 14,89  |        | 40       | 9,45       |
|                | Чай с сахаром                        | 55         | 0,09  | 0,03  | 13,64  | 0,02   | 200/15   | 2,10       |
|                | Яблоки свежие                        | 88         | 0,80  | 0,80  | 19,60  | 20,00  | 185      | 13,00      |
| Обед           |                                      | 1 009      | 31,30 | 30,82 | 146,15 | 3,34   | 1 023,00 | 109,99     |
|                | Салат из моркови с яблоками          | 40         | 1,06  | 0,17  | 8,52   | 0,44   | 100      | 5,69       |
|                | Борщ с капустой и картофелем         | 104        | 1,80  | 4,92  | 10,93  | 2,67   | 250      | 6,45       |
|                | Котлеты, биточки, шницели            | 204        | 12,60 | 13,23 | 8,58   | 0,08   | 100      | 77,56      |
|                | Каша перловая рассыпчатая            | 279        | 6,12  | 8,98  | 41,96  |        | 200      | 12,25      |
|                | Соус томатный                        | 33         | 0,54  | 1,86  | 3,47   |        | 50       | 4,12       |
|                | Компот из смеси сухофруктов          | 133        | 0,66  | 0,09  | 32,01  | 0,15   | 200      | 3,87       |
|                | Хлеб пшеничный                       | 72         | 3,23  | 0,60  | 13,47  |        | 40       |            |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                 | 145        | 5,28  | 0,96  | 27,20  |        | 80       |            |
|                | Соль                                 |            |       |       |        |        | 3        | 0,05       |
| Полдник        |                                      | 217        | 7,70  | 9,78  | 30,06  | 1,30   | 260,00   | 20,14      |
|                | Печенье                              | 138        | 4,50  | 7,08  | 14,16  |        | 60       | 9,84       |
|                | Кофейный напиток с молоком           | 79         | 3,20  | 2,70  | 15,90  | 1,30   | 200      | 10,30      |
| Ужин           |                                      | 764        | 25,63 | 28,32 | 92,31  | 473,28 | 690,00   | 40,70      |
|                | Сельдь с луком                       | 262        | 15,18 | 20,08 | 4,92   | 420,00 | 150      | 2,91       |
|                | Картофель отварной                   | 200        | 3,85  | 7,54  | 26,65  | 52,32  | 200      | 15,78      |
|                | Икра свекольная                      | 185        | 2,37  | 0,10  | 22,87  | 0,57   | 100      | 10,01      |
|                | Хлеб пшеничный                       | 72         | 3,23  | 0,60  | 13,47  |        | 40       |            |
|                | Сок фруктовый                        | 45         | 1,00  |       | 24,40  | 0,40   | 200      | 12,00      |
| Второй ужин    |                                      | 102        | 5,80  | 5,00  | 8,40   | 0,60   | 200,00   | 18,13      |
|                | Ряженка                              | 102        | 5,80  | 5,00  | 8,40   | 0,60   | 200      | 18,13      |

|                |       |       |        |        |        |      |        |
|----------------|-------|-------|--------|--------|--------|------|--------|
| Итого за день: | 2 876 | 92,17 | 101,71 | 388,75 | 500,03 | 3103 | 255,03 |
|----------------|-------|-------|--------|--------|--------|------|--------|

Составитель    Завсклад

(должность)



Литвинова Е.В.

(подпись)

( ФИО )



Столовая  
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ

26.09.2024 четверг

| Тип блюда      | Наименование                         | Энерг. цен. | Б     | Ж     | У      | С      | Вес (г)  | Цена (РУБ) |
|----------------|--------------------------------------|-------------|-------|-------|--------|--------|----------|------------|
| Завтрак        |                                      | 632         | 22,55 | 23,97 | 81,40  | 1,10   | 615,00   | 50,96      |
|                | Яйца вареные                         | 63          | 5,08  | 4,60  | 0,28   |        | 1 шт.    | 13,00      |
|                | Каша жидкая молочная из манной крупы | 342         | 8,55  | 14,93 | 43,34  | 0,78   | 300/15   | 27,56      |
|                | Хлеб пшеничный                       | 108         | 4,84  | 0,90  | 20,20  |        | 60       |            |
|                | Какао с молоком                      | 119         | 4,08  | 3,54  | 17,58  | 0,32   | 200      | 10,40      |
| Второй завтрак |                                      | 279         | 3,25  | 8,32  | 48,13  | 20,02  | 440,00   | 24,55      |
|                | Бутерброд с маслом                   | 136         | 2,36  | 7,49  | 14,89  |        | 40       | 9,45       |
|                | Чай с сахаром                        | 55          | 0,09  | 0,03  | 13,64  | 0,02   | 200/15   | 2,10       |
|                | Яблоки свежие                        | 88          | 0,80  | 0,80  | 19,60  | 20,00  | 185      | 13,00      |
| Обед           |                                      | 1 161       | 37,62 | 35,08 | 167,01 | 4,54   | 1 145,00 | 126,84     |
|                | Салат из моркови с яблоками          | 40          | 1,06  | 0,17  | 8,52   | 0,44   | 100      | 5,69       |
|                | Борщ с капустой и картофелем         | 125         | 2,16  | 5,90  | 13,12  | 3,84   | 300      | 7,75       |
|                | Котлеты, биточки, шницели            | 245         | 15,12 | 15,88 | 10,30  | 0,12   | 120      | 93,07      |
|                | Каша перловая рассыпчатая            | 279         | 6,12  | 8,98  | 41,96  |        | 200      | 12,25      |
|                | Соус томатный                        | 33          | 0,54  | 1,86  | 3,47   |        | 50       | 4,12       |
|                | Компот из смеси сухофруктов          | 133         | 0,66  | 0,09  | 32,01  | 0,15   | 200      | 3,87       |
|                | Хлеб пшеничный                       | 90          | 4,04  | 0,75  | 16,84  |        | 50       |            |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                 | 217         | 7,92  | 1,44  | 40,80  |        | 120      |            |
|                | Соль                                 |             |       |       |        |        | 5        | 0,09       |
| Полдник        |                                      | 217         | 7,70  | 9,78  | 30,06  | 1,30   | 260,00   | 20,30      |
|                | Печенье                              | 138         | 4,50  | 7,08  | 14,16  |        | 60       | 9,84       |
|                | Кофейный напиток с молоком           | 79          | 3,20  | 2,70  | 15,90  | 1,30   | 200      | 10,46      |
| Ужин           |                                      | 764         | 25,63 | 28,32 | 92,31  | 473,28 | 690,00   | 40,73      |
|                | Сельдь с луком                       | 262         | 15,18 | 20,08 | 4,92   | 420,00 | 150      | 2,91       |
|                | Картофель отварной                   | 200         | 3,85  | 7,54  | 26,65  | 52,32  | 200      | 15,81      |
|                | Икра свекольная                      | 185         | 2,37  | 0,10  | 22,87  | 0,57   | 100      | 10,01      |
|                | Хлеб пшеничный                       | 72          | 3,23  | 0,60  | 13,47  |        | 40       |            |
|                | Сок фруктовый                        | 45          | 1,00  |       | 24,40  | 0,40   | 200      | 12,00      |
| Второй ужин    |                                      | 102         | 5,80  | 5,00  | 8,40   | 0,60   | 200,00   | 18,13      |
|                | Ряженка                              | 102         | 5,80  | 5,00  | 8,40   | 0,60   | 200      | 18,13      |

|                       |              |               |               |               |               |             |               |
|-----------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Итого за день:</b> | <b>3 155</b> | <b>102,55</b> | <b>110,48</b> | <b>427,31</b> | <b>500,85</b> | <b>3350</b> | <b>281,51</b> |
|-----------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|---------------|

Составитель    Завсклад

(должность)



(подпись)

Литвинова Е.В.

( ФИО )