

Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ
28.11.2024 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		480	17,42	19,54	58,61	4,20	530
	Суп молочный с крупой	165	6,03	6,45	20,65	1,60	250
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200
Второй завтрак		309	3,50	5,10	76,60	20,57	445
	Бутерброды с повидлом (1-й вариант)	176	1,70	4,30	32,60	0,17	60
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185
Обед		1 238	44,89	53,87	140,28	36,58	833
	Суп картофельный с клецками	310	8,43	6,34	53,98	18,40	250
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10
	Рагу из овощей	203	2,53	15,70	12,29	17,87	150
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80
	Соль						3
Полдник		278	8,04	10,51	37,98	0,52	260
	Вафли кондитерские	138	4,50	7,08	14,16		60
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Ужин		843	31,93	40,33	82,44	112,36	605
	Оладьи из печени	328	18,68	22,56	7,64	95,26	100/10
	Капуста тушеная	77	2,04	3,68	7,89	17,08	100
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Каша рассыпчатая (гречневая)	175	5,53	5,97	24,91		100
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
Второй ужин		102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:		3 250	111,58	134,35	404,31	174,82	2873

Составитель Завсклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ

28.11.2024 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		531	19,43	20,98	66,11	4,52	590
	Суп молочный с крупой	198	7,23	7,74	24,78	1,92	300
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Хлеб пшеничный	90	4,04	0,75	16,84		50
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200
Второй завтрак		309	3,50	5,10	76,60	20,57	445
	Бутерброды с повидлом (1-й вариант)	176	1,70	4,30	32,60	0,17	60
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Яблоки свежие	88	0,80	0,80	19,60	20,00	185
Обед		1 392	50,49	55,99	168,27	40,26	935
	Суп картофельный с клецками	373	10,58	7,83	65,00	22,08	300
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10
	Рагу из овощей	203	2,53	15,70	12,29	17,87	150
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб пшеничный	90	4,04	0,75	16,84		50
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120
	Соль						5
Полдник		278	8,04	10,51	37,98	0,52	260
	Вафли кондитерские	138	4,50	7,08	14,16		60
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Ужин		843	31,93	40,33	82,44	112,36	605
	Оладьи из печени	328	18,68	22,56	7,64	95,26	100/10
	Капуста тушеная	77	2,04	3,68	7,89	17,08	100
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Каша рассыпчатая (гречневая)	175	5,53	5,97	24,91		100
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
Второй ужин		102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:		3 455	119,18	137,91	439,79	178,82	3035