

Столовая

Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ

29.11.2023 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		575	21,58	18,32	79,16	58,94		55,38	
	Огурец свежий	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60	5,63	Я00071
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	32,45	И000234
	Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	12,28	И000125
	Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,28	Я000008
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	И000376
Второй завтрак		292	6,03	4,47	70,33	18,90		55,46	
	Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30	5,22	Я00009
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
	Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	39,44	ИН112/5
Обед		1 489	54,19	58,37	178,73	10,50		111,64	
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	11,24	Я00072
	Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,26	14,54	2,97	300	4,33	И000101
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	59,33	И000288
	Соус томатный	33	0,54	1,87	3,47		50	3,19	ИН00453
	Каша рассыпчатая (гречневая)	350	11,06	11,94	49,83		200	15,23	И000171
	Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	0,37	200	5,88	И000352
	Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,90	ИН00108
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120	8,45	ИН00110
	Соль						5	0,09	300
Полдник		770	40,64	31,14	87,27	2,01		77,55	
	Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	68,22	И000223
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,33	ИН00501
Ужин		441	25,62	20,66	37,99	3,72		47,87	
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	8,00	И000209
	Сыр (порциями)	137	10,40	10,60		1,12	40	23,89	И000015
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,87	И000385
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,11	ИН00108
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:		3 667	153,86	137,96	461,49	95,47		361,36	

Составитель Завсклад

(должность)


(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

МЕНЮ

29.11.2023 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		528	20,06	18,16	69,32	58,94		54,28	
	Огурец свежий	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60	5,63	Я00071
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	32,45	И000234
	Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	12,28	И000125
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,18	Я000008
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	И000376
Второй завтрак		292	6,03	4,47	70,33	18,90		55,46	
	Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30	5,22	Я00009
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
	Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	39,44	ИН112/5
Обед		1 366	50,07	57,23	155,68	9,59		107,29	
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	11,24	Я00072
	Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	3,63	И000101
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	59,33	И000288
	Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	3,19	ИН00453
	Каша рассыпчатая (гречневая)	350	11,06	11,94	49,83		200	15,23	И000171
	Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	0,37	200	5,88	И000352
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,11	ИН00108
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,63	ИН00110
	Соль						3	0,05	300
Полдник		597	31,28	24,03	69,43	1,83		79,48	
	Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	70,15	И000223
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,33	ИН00501
Ужин		407	23,02	18,01	37,99	3,44		41,90	
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	8,00	И000209
	Сыр (порциями)	103	7,80	7,95		0,84	30	17,92	И000015
	Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,87	И000385
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,11	ИН00108
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:	3 290	136,26	126,90	410,76	94,10		351,87	
----------------	-------	--------	--------	--------	-------	--	--------	--

Составитель Завсклад

(должность)



(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)