

Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ

04.10.2023 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		541	20,68	17,88	71,20	77,94			
	Овощи натуральные (помидоры)	24	1,10	0,20	3,80	25,00	100	5,76	ИН106/1
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	32,77	И000234
	Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	12,19	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	1,73	И000376
Второй завтрак		162	3,41	3,78	44,25	0,40			
	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
	Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	13,00	Я000338
Обед		1 366	50,07	57,23	155,68	9,59			
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	11,25	Я00072
	Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	3,52	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	3,70	ИН00453
	Каша рассыпчатая (гречневая)	350	11,06	11,94	49,83		200	15,53	И000171
	Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	0,37	200	5,26	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			
	Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	70,04	И000223
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,33	ИН00501
Ужин		662	34,74	39,51	42,21	4,04			
	Омлет натуральный	318	16,80	26,10	4,50	0,60	195	40,13	ИН00301
	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			
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,46	И000386

Итого за день:

3 428

145,98

147,43

390,78

95,20

357,89

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ

04.10.2023 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		588	22,20	18,04	81,04	77,94			
	Овощи натуральные (помидоры)	24	1,10	0,20	3,80	25,00	100	5,76	ИН106/1
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	32,47	И000234
	Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	11,95	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	1,73	И000376
Второй завтрак		162	3,41	3,78	44,25	0,40			
	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
	Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	13,00	Я000338
Обед		1 489	54,19	58,37	178,73	10,50			
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	11,25	Я00072
	Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	4,14	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	3,39	ИН00453
	Каша рассыпчатая (гречневая)	350	11,06	11,94	49,83		200	15,27	И000171
	Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	0,37	200	5,80	И000352
	Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,89	ИН00108
	Хлеб столовый (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			
	Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	93,62	И000223
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,33	ИН00501
Ужин		696	37,34	42,16	42,21	4,32			
	Омлет натуральный	318	16,80	26,10	4,50	0,60	195	39,65	ИН00301
	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			
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,46	И000386

Итого за день:

3 805

163,58

158,49

441,51

96,57

391,75

Составитель Зав.складом

(должность)



(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)