







Столовая  
Дети 12-18 (Шк)

# МЕНЮ

10.10.2023 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
<b>Завтрак</b>		<b>859</b>	<b>24,35</b>	<b>37,34</b>	<b>106,21</b>	<b>0,81</b>			
	Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	8,72	И000401
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	8,00	И000209
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,12	И000108
	Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,83	И000014
	Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	10,16	И000379
<b>Второй завтрак</b>		<b>207</b>	<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>0,40</b>			
	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
	Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	2,82	Я000452
<b>Обед</b>		<b>1 198</b>	<b>44,52</b>	<b>48,14</b>	<b>142,56</b>	<b>8,12</b>			
	Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	4,17	И000101
	Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	59,33	И000288
	Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	1,14	И000443
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	11,39	И000312
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	1,80	И000349
	Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,73	Я000008
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,45	И000110
	Соль						5	0,09	300
<b>Полдник</b>		<b>379</b>	<b>10,30</b>	<b>5,76</b>	<b>73,67</b>	<b>0,52</b>			
	Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100		Я00014
	Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	9,68	И000382
<b>Ужин</b>		<b>526</b>	<b>31,09</b>	<b>17,29</b>	<b>59,30</b>	<b>69,53</b>			
	Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	58,77	И000227
	Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	16,88	И000139
	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
<b>Второй ужин</b>		<b>102</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>0,60</b>			
	Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	14,83	И000386
<b>Итого за день:</b>		<b>3 271</b>	<b>119,47</b>	<b>117,31</b>	<b>434,38</b>	<b>79,98</b>		<b>261,72</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)