

Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ
26.12.2024 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		413	5,48	5,23	95,85	19,07	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
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	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		217	7,70	9,78	30,06	1,30	260
	Вафли кондитерские	138	4,50	7,08	14,16		60
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200
Ужин		843	31,93	40,33	82,44	112,36	605
	Каша рассыпчатая (гречневая)	175	5,53	5,97	24,91		100
	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
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
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:		3 293	113,21	133,75	415,64	174,10	2873

Составитель Завклад

(должность)

Литвинова Е.В.

(подпись)

(ФИО)

Столовая
Дети 12-18 (Шк)

МЕНЮ
26.12.2024 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		413	5,48	5,23	95,85	19,07	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
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	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		217	7,70	9,78	30,06	1,30	260
	Вафли кондитерские	138	4,50	7,08	14,16		60
	Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200
Ужин		843	31,93	40,33	82,44	112,36	605
	Каша рассыпчатая (гречневая)	175	5,53	5,97	24,91		100
	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
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
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:		3 498	120,82	137,31	451,13	178,10	3035

Составитель Завклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)