

# МЕНЮ

## 29.12.2022 четверг

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
<b>Завтрак</b>	<b>567</b>	<b>19,61</b>	<b>19,32</b>	<b>78,35</b>	<b>1,49</b>			
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	8,50	И000209
Каша жидкая молочная из манной крупы	251	6,11	10,72	32,38	1,17	200/10	15,39	И000181
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	И000108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,98	И000382
<b>Второй завтрак</b>	<b>167</b>	<b>0,27</b>	<b>0,36</b>	<b>37,86</b>	<b>1,83</b>			
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	10,00	Я000338
Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	1,83	200	4,65	И000352
<b>Обед</b>	<b>1 220</b>	<b>34,39</b>	<b>45,84</b>	<b>162,02</b>	<b>3,43</b>			
Икра морковная	109	2,00	6,66	10,17	0,48	100	8,11	И000075
Борщ с капустой и картофелем	104	1,80	4,92	10,93	2,67	250	4,56	И000082
Котлеты, биточки, шницели	204	12,60	13,23	8,58	0,08	100	71,52	И000381
Каша перловая рассыпчатая	279	6,12	8,98	41,96		200	9,46	И000242
Соус сметанный натуральный	113	1,58	10,54	3,05	0,06	50	12,57	И000443
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,57	И000349
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	И000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,64	И000110
Соль						3	0,05	300
<b>Полдник</b>	<b>193</b>	<b>4,59</b>	<b>7,11</b>	<b>27,80</b>	<b>0,02</b>			
Печенье	138	4,50	7,08	14,16		60	8,40	Я000452
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,77	И000376
<b>Ужин</b>	<b>703</b>	<b>28,91</b>	<b>29,52</b>	<b>89,11</b>	<b>105,50</b>			
Овощи натуральные соленые(капуста)	13	0,80	0,10	1,70	5,00	100	11,50	И000070
Оладьи из печени	328	18,68	22,56	7,64	95,26	100/10	45,79	И000282
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	13,07	И000312
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	И000108
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
<b>Второй ужин</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	И000386
<b>Итого за день:</b>	<b>2 951</b>	<b>93,57</b>	<b>107,15</b>	<b>403,13</b>	<b>113,68</b>	<b>3023</b>	<b>277,72</b>	

Зав. складом

(должность)

*Л. Ю. Ковальчук*  
(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Страница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Яйца куриные	53	3,05	4,00	0,28		1 шт.	8,50	10000000
Каша овсяная молотая из манной крупы	251	8,11	10,72	32,25	1,17	200/10	18,35	10000101
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	10000108
Кефир с молоком	119	5,06	3,54	17,58	0,32	200	9,98	10000102
Сметана	48	0,15	0,24	12,77		100	10,00	10000106
Кисель из яблок	115	0,11	0,17	25,09	1,83	200	4,65	10000103
Икра морская	105	2,00	6,66	10,17	0,46	100	8,11	10000105
Борщ с капустой и картофелем	204	1,80	4,92	10,93	2,67	250	4,56	10000001
Котлеты, биточки, шницели	201	12,60	13,73	5,58	0,08	100	21,62	10000104
Каша перловая рассычатая	275	6,12	5,92	41,96		200	9,45	10000100
Соус сметанный натуральный	113	1,65	10,54	3,03	0,06	50	12,57	10000107
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,57	10000109
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	10000108
Хлеб столовый (ржанно-пшеничный)	140	5,28	0,58	27,30		50	5,54	10000110
Соль						3	0,05	300
Печенье	130	1,50	7,05	14,16		50	8,40	10000102
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	12,64	0,02	200/15	1,77	10000106
Овощи натуральные соленые(капуста)	13	0,80	0,10	1,70	5,00	100	11,50	10000101
Оладьи из печени	328	18,66	22,59	7,64	95,26	100/10	45,79	10000105
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	13,07	10000112
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	10000108
Сок фруктовый	45	1,00		24,48	0,40	200	10,40	10000104
Кефир	119	5,00	3,00	8,30	1,40	200	14,10	10000100