

МЕНЮ

09.11.2022 среда

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ реп
Завтрак	664	18,04	12,31	96,41	65,57			
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	20,55	ИНО03
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	11,94	И0001
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,21	И0000
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,85	ИНО01
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И0003
Второй завтрак	223	3,78	0,93	63,25	18,90			
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	34,18	ИН112
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я0003
Обед	961	35,23	33,89	128,44	28,33			
Овощи натуральные (огурцы)	14	0,80	0,10	2,50	10,00	100	12,00	ИН104
Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	3,49	И0000
Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150	37,34	И0002
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	3,84	Я0006
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,85	ИНО01
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,58	ИНО01
Соль						3	0,05	300
Полдник	618	33,88	26,33	61,53	1,93			
Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	73,12	И0002
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,16	И0003
Ужин	841	36,40	52,18	56,00	4,04			
Омлет с сыром	463	23,90	39,23	3,40	1,44	200	58,00	И0002
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,14	И0000
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,85	ИНО01
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,87	И0003
Итого за день:	3 306	127,34	125,64	405,63	118,77	2843	323,87	

Составитель Зав.складом

(должность)

Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ

09.11.2022 среда

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	664	18,04	12,31	96,41	65,57		
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	20,59
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	12,47
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,19
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,82
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85
Второй завтрак	223	3,78	0,93	63,25	18,90		
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	33,78
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00
Обед	1 027	40,10	22,70	162,15	41,97		
Овощи натуральные (огурцы)	14	0,80	0,10	2,50	10,00	100	12,00
Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	4,15
Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	090/190	45,46
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	3,81
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,55
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,40
Соль						5	0,08
Полдник	791	43,24	33,44	79,37	2,11		
Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	97,99
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,16
Ужин	956	42,38	61,99	56,85	4,86		
Омлет с сыром	579	29,88	49,04	4,25	2,26	250	73,91
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,69
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,82
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,87
Итого за день:	3 661	147,54	131,37	458,03	133,40	3115	377,59

Составитель Зав.складом

(должность)

Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)