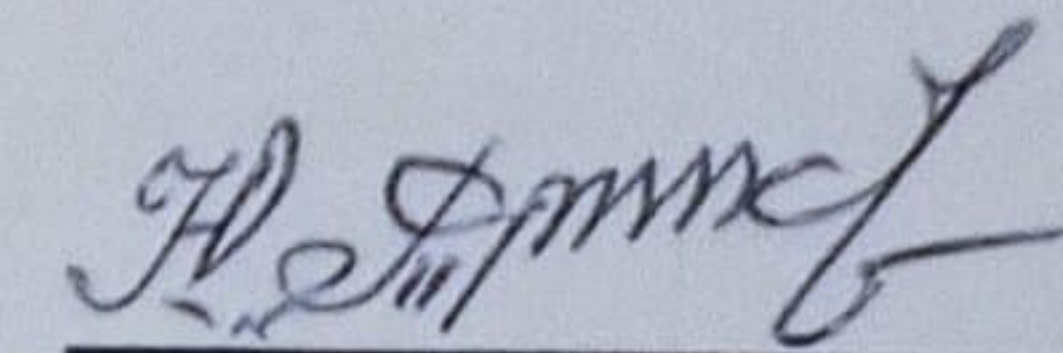


Директор

УТВЕРЖДАЮ:



Трегубов Н.Т.

МЕНЮ

21.11.2022 понедельник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	471	12,57	21,44	57,03	7,02			
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	7,00	И000209
Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	10,34	Я00072
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,46	И000001
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,93	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И000376
Второй завтрак	162	3,41	3,78	44,25	0,40			
Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30	6,15	Я00009
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	10,00	Я000338
Обед	1 061	47,06	26,14	152,14	33,28			
Овощи свежие	24	1,10	0,20	3,80	25,00	100	13,20	ИН106/1
Суп картофельный с бобовыми	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300	3,99	И000102
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	63,04	И000227
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	3,07	ИН00453
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	11,72	И000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,18	И000349
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,42	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,32	ИН00110
Соль						5	0,08	300
Полдник	368	11,74	10,32	57,10	1,56			
Ватрушка с повидлом	268	5,94	5,32	49,10	0,16	100	10,13	И000410
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,87	И000386
Ужин	562	17,10	17,59	83,88	1,10			
Суп молочный с макаронными изделиями	173	6,32	6,10	23,30	0,78	300	11,98	И000120
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,46	И000001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,75	ИН00108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,30	И000382
Лавровый лист						1	0,78	0002
Итого за день:	2 624	91,88	79,27	394,40	43,36	2876	225,02	

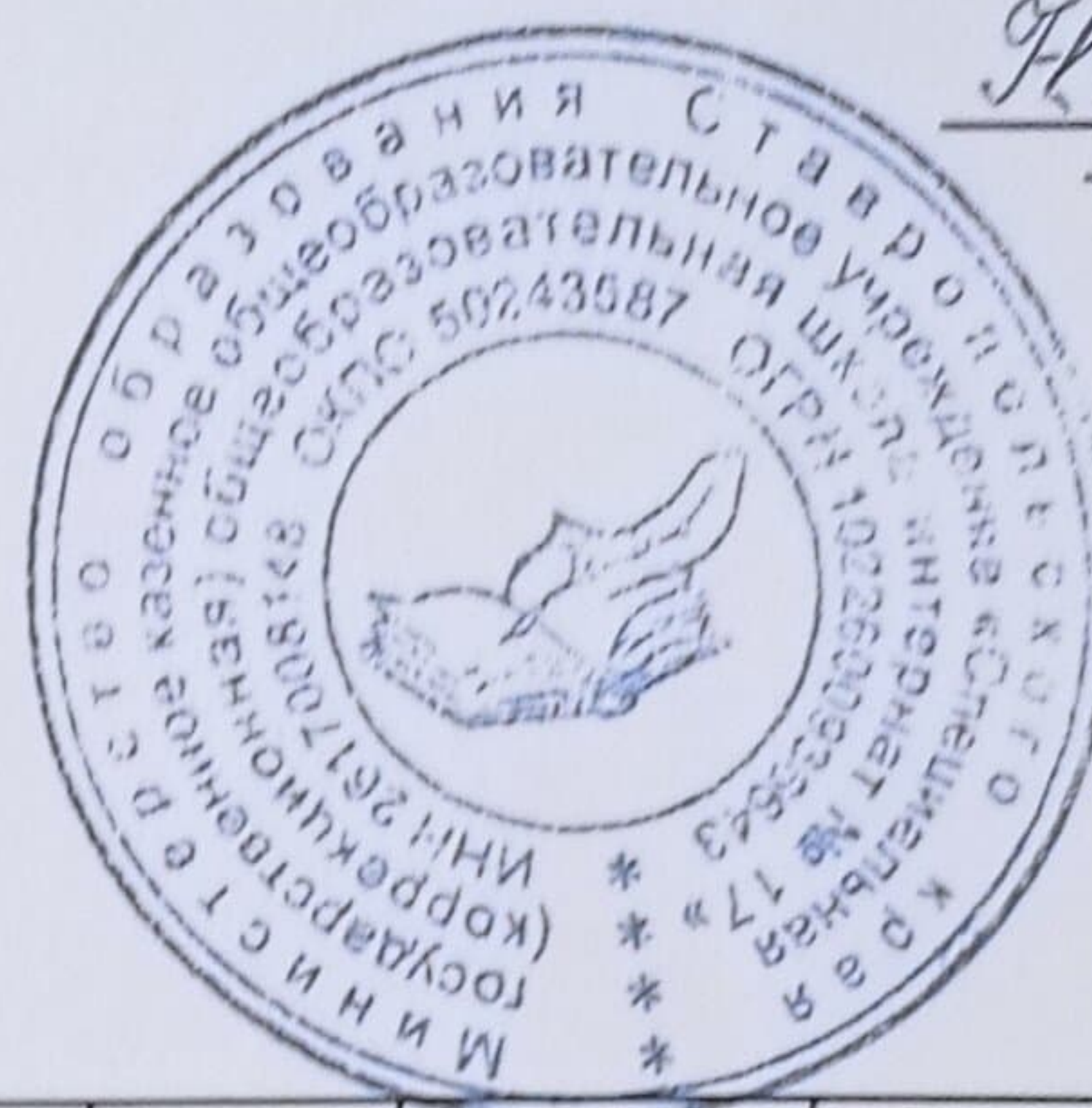
Трегубов Н.Т.

МЕНЮ**21.11.2022 понедельник**

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	471	12,57	21,44	57,03	7,02			
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	7,00	И000209
Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	10,32	Я00072
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,46	И000001
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,94	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Второй завтрак	162	3,41	3,78	44,25	0,40			
Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30	6,15	Я00009
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	10,00	Я000338
Обед	906	38,84	22,96	130,25	32,44			
Овощи свежие	24	1,10	0,20	3,80	25,00	100	13,53	ИН106/1
Суп картофельный с бобовыми	148	5,49	5,27	16,54	1,46	250	3,30	И000102
Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100	52,59	И000227
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	3,16	ИН00453
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	11,27	И000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,38	И000349
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,94	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,56	ИН00110
Соль						3	0,05	300
Полдник	301	10,25	8,99	44,83	1,49			
Ватрушка с повидлом	201	4,46	3,99	36,83	0,09	75	7,66	И000410
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,87	И000386
Ужин	539	16,25	16,24	78,54	0,52			
Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,47	4,75	17,95	0,21	250	10,12	И000120
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,46	И000001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,76	ИН00108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,30	И000382
Лавровый лист						1	0,62	0002
Итого за день:	2 379	81,32	73,40	354,89	41,87	2679	206,28	