

Директор

Трегуб

МЕНЮ

22.11.2022 вторник

Столовая



Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	859	24,35	37,34	106,21	0,81		
Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	20,51
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	6,95
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,89
Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,50
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	10,31
Второй завтрак	207	3,41	3,78	44,25	0,40		
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	10,00
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,13
Обед	1 086	40,72	47,04	121,61	7,21		
Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	3,49
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	44,55
Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	7,77
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	11,80
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,99
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,02
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,70
Соль						3	0,05
Полдник	339	12,56	7,33	57,85	1,40		
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	15,00
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,87
Ужин	496	27,37	15,72	59,24	69,33		
Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100	52,59
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	9,36
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,04
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84
Итого за день:	2 987	108,41	111,21	389,16	79,15	2688	251,36

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ

22.11.2022 вторник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Трехубов I

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	859	24,35	37,34	106,21	0,81		
Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	20,60
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	7,00
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,90
Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,63
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	10,31
Второй завтрак	207	3,41	3,78	44,25	0,40		
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	10,00
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,10
Обед	1 198	44,52	48,14	142,56	8,12		
Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	4,24
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	44,51
Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	7,76
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	11,80
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,83
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,53
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,58
Соль						5	0,08
Полдник	339	12,56	7,33	57,85	1,40		
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	15,00
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,87
Ужин	526	31,09	17,29	59,30	69,53		
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	63,04
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	9,44
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,04
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85
Итого за день:	3 129	115,93	113,88	410,16	80,26	2810	266,11

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)