

И.О. Директора

УТВЕРЖДАЮ:

  
 Треубов Н.Т.

# МЕНЮ

## 04.10.2022 вторник

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>725</b>	<b>24,09</b>	<b>30,18</b>	<b>88,97</b>	<b>2,27</b>			
Каша жидкая молочная (пшенная)	285	7,51	11,72	37,05	1,17	200/10	15,96	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,09	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	10,13	И000379
Сыр (порциями)	103	7,80	7,95		0,84	30	19,14	И000015
Хлеб пшеничный	101	3,26	0,34	21,09		30	2,06	И000108
<b>Второй завтрак</b>	<b>207</b>	<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>0,40</b>			
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,75	Я000452
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	12,00	Я000338
<b>Обед</b>	<b>1 046</b>	<b>41,63</b>	<b>35,21</b>	<b>136,76</b>	<b>12,70</b>			
Огурец свежий	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	7,11	Я00071
Суп картофельный с бобовыми	148	5,49	5,27	16,54	1,46	250	3,22	И000102
Мясо тушеное (говядина)	284	19,00	21,75	2,88	1,09	100	127,81	Я000256
Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200	7,73	И000309
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,18	И000349
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,93	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,57	И000110
Соль						3	0,04	300
<b>Полдник</b>	<b>339</b>	<b>12,56</b>	<b>7,33</b>	<b>57,85</b>	<b>1,40</b>			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	15,00	Я00014
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	И000386
<b>Ужин</b>	<b>715</b>	<b>19,51</b>	<b>21,36</b>	<b>87,68</b>	<b>335,71</b>			
Сельдь с луком	174	10,12	13,38	3,28	280,00	100	27,09	И000076
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	11,14	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,18	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,93	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	2,89	И000377
<b>Итого за день:</b>	<b>3 033</b>	<b>101,20</b>	<b>97,87</b>	<b>415,51</b>	<b>352,48</b>	<b>2860</b>	<b>320,13</b>	

И.О. Директора

УТВЕРЖДАЮ:

Трегубов Н.Т.

# МЕНЮ

04.10.2022 вторник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
<b>Завтрак</b>	<b>934</b>	<b>31,89</b>	<b>37,60</b>	<b>117,02</b>	<b>2,16</b>			
Каша жидкая молочная (пшенная)	393	10,54	16,26	51,04	0,78	300/15	23,95	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,09	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	10,13	И000379
Сыр (порциями)	137	10,40	10,60		1,12	40	25,54	И000015
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,44	И000108
<b>Второй завтрак</b>	<b>207</b>	<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>0,40</b>			
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,75	Я000452
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	12,00	Я000338
<b>Обед</b>	<b>1 228</b>	<b>49,93</b>	<b>41,17</b>	<b>159,17</b>	<b>13,82</b>			
Огурец свежий	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	7,07	Я00071
Суп картофельный с бобовыми	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300	3,86	И000102
Мясо тушеное (говядина)	341	22,80	26,10	3,45	1,58	120	153,24	Я000256
Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200	7,80	И000309
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,55	И000349
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,41	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,40	И000110
Соль						5	0,07	300
<b>Полдник</b>	<b>339</b>	<b>12,56</b>	<b>7,33</b>	<b>57,85</b>	<b>1,40</b>			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	15,00	Я00014
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	И000386
<b>Ужин</b>	<b>715</b>	<b>19,51</b>	<b>21,36</b>	<b>87,68</b>	<b>335,71</b>			
Сельдь с луком	174	10,12	13,38	3,28	280,00	100	27,00	И000076
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	11,11	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,15	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,91	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	2,84	И000377
<b>Итого за день:</b>	<b>3 424</b>	<b>117,30</b>	<b>111,25</b>	<b>465,96</b>	<b>353,49</b>	<b>3117</b>	<b>365,49</b>	