

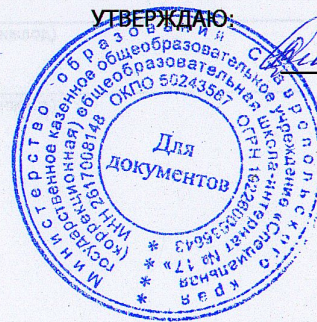
# МЕНЮ

## 06.10.2022 четверг

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>725</b>	<b>24,22</b>	<b>23,76</b>	<b>103,37</b>	<b>1,10</b>			
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	7,00	И000209
Каша жидкая молочная из манной крупы	342	8,55	14,93	43,34	0,78	300/15	21,88	И000181
Хлеб пшеничный	201	6,51	0,69	42,17		60	4,27	И000108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,39	И000382
<b>Второй завтрак</b>	<b>191</b>	<b>2,45</b>	<b>7,52</b>	<b>28,53</b>	<b>0,02</b>			
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,14	И000001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И000376
<b>Обед</b>	<b>1 480</b>	<b>54,11</b>	<b>50,94</b>	<b>197,64</b>	<b>4,59</b>			
Салат из моркови с яблоками	40	1,06	0,17	8,52	0,44	100	4,55	И000059
Борщ с капустой и картофелем	125	2,16	5,90	13,12	3,84	300	5,45	И000082
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	52,49	И000288
Каша гречневая рассыпчатая	337	11,40	10,46	49,44		200	15,32	И000237
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	2,88	И000453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,40	И000349
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,56	И000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,57	И000110
Соль						5	0,08	300
Фрукты	52	0,17	0,26	13,81		200	12,96	Я000338
<b>Полдник</b>	<b>214</b>	<b>8,05</b>	<b>8,54</b>	<b>15,08</b>	<b>1,40</b>			
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,75	Я000452
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,08	И000386
<b>Ужин</b>	<b>730</b>	<b>32,16</b>	<b>29,18</b>	<b>100,17</b>	<b>15,38</b>			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	12,67	Я000070
Котлеты, биточки, шницели	350	21,93	21,52	17,20	0,14	120	85,47	И000381
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,86	И000312
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,85	И000108
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
<b>Итого за день:</b>	<b>3 340</b>	<b>120,99</b>	<b>119,94</b>	<b>444,79</b>	<b>22,49</b>	<b>3095</b>	<b>304,47</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

И.о. Директора

УТВЕРЖДАЮ:

Трегубов Н.Т.

# МЕНЮ

## 06.10.2022 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.	7,00	И000209
Каша жидкая молочная из манной крупы	251	6,11	10,72	32,38	1,17	200/10	14,50	И000181
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,84	ИН00108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,39	И000382
<b>Второй завтрак</b>	<b>191</b>	<b>2,45</b>	<b>7,52</b>	<b>28,53</b>	<b>0,02</b>			
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,14	И000001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И000376
<b>Обед</b>	<b>1 354</b>	<b>50,02</b>	<b>49,36</b>	<b>174,83</b>	<b>3,42</b>			
Салат из моркови с яблоками	40	1,06	0,17	8,52	0,44	100	4,50	И000059
Борщ с капустой и картофелем	104	1,80	4,92	10,93	2,67	250	4,43	И000082
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	52,52	И000288
Каша гречневая рассыпчатая	337	11,40	10,46	49,44		200	15,28	ИН00237
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	2,98	ИН00453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,29	И000349
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,84	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,72	ИН00110
Соль						3	0,05	300
Фрукты	52	0,17	0,26	13,81		200	13,03	Я000338
<b>Полдник</b>	<b>214</b>	<b>8,05</b>	<b>8,54</b>	<b>15,08</b>	<b>1,40</b>			
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,75	Я000452
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,08	И000386
<b>Ужин</b>	<b>584</b>	<b>22,83</b>	<b>20,89</b>	<b>91,55</b>	<b>15,32</b>			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	12,63	Я000070
Котлеты, биточки, шницели	204	12,60	13,23	8,58	0,08	100	71,33	ИН00381
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,83	И000312
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,84	ИН00108
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
<b>Итого за день:</b>	<b>2 910</b>	<b>102,96</b>	<b>105,63</b>	<b>388,33</b>	<b>21,65</b>	<b>2848</b>	<b>276,82</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)

Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)