

И.о. Директора

УТВЕРЖДАЮ:



Трегубов Н.Т.

МЕНЮ 18.10.2022 вторник

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	725	24,09	30,18	88,97	2,27			
Каша жидкая молочная (пшенная)	285	7,51	11,72	37,05	1,17	200/10	15,55	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,10	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,72	И000379
Сыр (порциями)	103	7,80	7,95		0,84	30	18,13	И000015
Хлеб пшеничный	101	3,26	0,34	21,09		30	2,07	И000108
Второй завтрак	207	3,41	3,78	44,25	0,40			
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
Обед	1 170	47,91	45,38	138,44	12,54			
Огурец свежий	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	6,25	Я00071
Суп картофельный с бобовыми	148	5,49	5,27	16,54	1,46	250	3,25	И000102
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	56,54	И000288
Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200	7,77	И000309
Соус томатный	31	0,52	1,74	3,22	0,78	50	2,94	И000453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,13	И000349
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,95	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,63	И000110
Соль						3	0,05	300
Полдник	339	12,56	7,33	57,85	1,40			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	15,00	Я00014
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	17,33	И000386
Жин	715	19,51	21,36	87,68	335,71			
Сельдь с луком	174	10,12	13,38	3,28	280,00	100	29,58	И000076
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	11,10	И000125
Акра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,14	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	1,95	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	3,01	И000377
Итого за день:	3 156	107,48	108,04	417,19	352,33	2920	254,94	

№ Директора

УТВЕРЖДАЮ:



Гребунов Н.Т.

МЕНЮ

18.10.2022 вторник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	934	31,89	37,60	117,02	2,16			
Каша жидкая молочная (пшенная)	393	10,54	16,26	51,04	0,78	300/15	23,33	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,11	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,72	И000379
Сыр (порциями)	137	10,40	10,60		1,12	40	24,19	И000015
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,46	И000108
Второй завтрак	207	3,41	3,78	44,25	0,40			
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
Обед	1 295	52,41	46,99	160,27	13,18			
Огурец свежий	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	6,23	Я000071
Суп картофельный с бобовыми	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300	3,95	И000102
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	56,52	И000288
Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200	7,67	И000309
Соус томатный	31	0,52	1,74	3,22	0,78	50	3,09	И000453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,29	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	8,40	И000110
Соль						5	0,08	300
Полдник	339	12,56	7,33	57,85	1,40			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	15,00	Я00014
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	17,33	И000386
Ужин	715	19,51	21,36	87,68	335,71			
Сельдь с луком	174	10,12	13,38	3,28	280,00	100	29,43	И000076
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	11,10	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,13	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	2,92	И000377
Итого за день:	3 491	119,78	117,07	467,06	352,86	3157	274,05	