


  
Трегубов Н.Т.

## МЕНЮ

**08.09.2022 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	ИИ000209
Каша жидкая молочная из манной крупы	251	6,11	10,72	32,38	1,17	200/10	14,57	ИИ000181
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,79	ИИ000108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,26	ИИ000382
<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	8,13	ИИ000001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	ИИ000376
<b>Обед</b>	<b>1 295</b>	<b>44,74</b>	<b>47,88</b>	<b>167,35</b>	<b>3,42</b>			
Салат из моркови с яблоками	40	1,06	0,17	8,52	0,44	100	4,55	ИИ000059
Борщ с капустой и картофелем	104	1,80	4,92	10,93	2,67	250	4,50	ИИ000082
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	52,49	ИИ000288
Каша перловая рассыпчатая	279	6,12	8,98	41,96		200	9,19	ИИ000242
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	2,88	ИИ000453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,40	ИИ000349
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,79	ИИ000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,66	ИИ000110
Соль						3	0,05	300
Фрукты	52	0,17	0,26	13,81		200	12,96	ЯИ000338
<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	3,66	ЯИ000452
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,08	ЯИ000386
<b>Ужин</b>	<b>612</b>	<b>30,15</b>	<b>23,15</b>	<b>86,32</b>	<b>15,48</b>			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	12,28	ЯИ000070
Язык отварной с соусом	232	19,92	15,49	3,35	0,24	75/45	95,12	ИИ000242
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,82	ИИ000312
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,79	ИИ000108
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	ЯИ000389
<b>Итого за день:</b>	<b>2 880</b>	<b>105,00</b>	<b>106,41</b>	<b>375,62</b>	<b>21,81</b>	<b>2868</b>	<b>293,71</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)



Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

*Н.Т. Трегубов*  
Трегубов Н.Т.

**МЕНЮ**  
**08.09.2022 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	ИИ00209
Каша жидкая молочная из манной крупы	342	8,55	14,93	43,34	0,78	300/15	21,94	ИИ00181
Хлеб пшеничный	201	6,51	0,69	42,17		60	4,19	ИИ00108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,26	ИИ00382
<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	8,11	ИИ00001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	ИИ00376
<b>Обед</b>	<b>1 422</b>	<b>48,83</b>	<b>49,46</b>	<b>190,16</b>	<b>4,59</b>			
Салат из моркови с яблоками	40	1,06	0,17	8,52	0,44	100	4,50	ИИ00059
Борщ с капустой и картофелем	125	2,16	5,90	13,12	3,84	300	5,34	ИИ00082
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	52,52	ИИ00288
Каша перловая рассыпчатая	279	6,12	8,98	41,96		200	9,18	ИИ00242
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	2,98	ИИ00453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,29	ИИ00349
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,50	ИИ00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,48	ИИ00110
Соль						5	0,08	300
Фрукты	52	0,17	0,26	13,81		200	13,03	ЯИ00338
<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	3,67	ЯИ00452
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,08	ИИ00386
<b>Ужин</b>	<b>612</b>	<b>30,15</b>	<b>23,15</b>	<b>86,32</b>	<b>15,48</b>			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	12,29	ЯИ00070
Язык отварной с соусом	232	19,92	15,49	3,35	0,24	75/45	95,20	ИИ00242
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,79	ИИ00312
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,81	ИИ00108
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	ЯИ00389
<b>Итого за день:</b>	<b>3 164</b>	<b>113,70</b>	<b>112,43</b>	<b>423,46</b>	<b>22,59</b>	<b>3095</b>	<b>306,98</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)

*Л.Ю. Ковальчук*  
(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)