

Н.Т. Трегубов

Трегубов Н.Т.

МЕНЮ

22.09.2022 четверг

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	725	24,22	23,76	103,37	1,10			
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	22,09	И000181
Хлеб пшеничный	201	6,51	0,69	42,17		60	4,28	И000108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,51	И000382
Второй завтрак	191	2,45	7,52	28,53	0,02			
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,15	И000001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,75	И000376
Обед	1 422	48,83	49,46	190,16	4,59			
Салат из моркови с яблоками	40	1,06	0,17	8,52	0,44	100	4,45	И000059
Борщ с капустой и картофелем	125	2,16	5,90	13,12	3,84	300	5,35	И000082
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	52,51	И000288
Каша перловая рассыпчатая	279	6,12	8,98	41,96		200	9,18	И000242
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	3,90	И000349
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,58	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	12,86	Я000338
Полдник	214	8,05	8,54	15,08	1,40			
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,75	Я000452
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,45	И000386
Ужин	612	30,15	23,15	86,32	15,48			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	12,20	Я000070
Язык отварной с соусом	232	19,92	15,49	3,35	0,24	75/45	97,39	И000242
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,87	И000312
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,88	И000108
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
Итого за день:	3 164	113,70	112,43	423,46	22,59	3095	309,68	

Составитель Зав.складом

(должность)

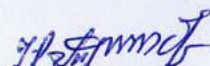
Л.Ю. Ковальчук

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

Директор


 Трегубов Н.Т.

МЕНЮ

22.09.2022 четверг

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	567	19,61	19,32	78,35	1,49			
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	14,59	И000181
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,85	И000108
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,51	И000382
Второй завтрак	191	2,45	7,52	28,53	0,02			
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,15	И000001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,73	И000376
Обед	1 295	44,74	47,88	167,35	3,42			
Салат из моркови с яблоками	40	1,06	0,17	8,52	0,44	100	4,71	И000059
Борщ с капустой и картофелем	104	1,80	4,92	10,93	2,67	250	4,41	И000082
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	52,49	И000288
Каша перловая рассыпчатая	279	6,12	8,98	41,96		200	9,18	И000242
Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	2,94	И000453
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	4,13	И000349
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,85	И000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,72	И000110
Соль						3	0,04	300
Фрукты	52	0,17	0,26	13,81		200	12,75	Я000338
Полдник	214	8,05	8,54	15,08	1,40			
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	3,75	Я000452
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,44	И000386
Ужин	612	30,15	23,15	86,32	15,48			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	12,24	Я000070
Язык отварной с соусом	232	19,92	15,49	3,35	0,24	75/45	97,41	И000242
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	10,84	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
Итого за день:	2 880	105,00	106,41	375,62	21,81	2868	296,58	

Составитель Зав.складом

(должность)



Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)