

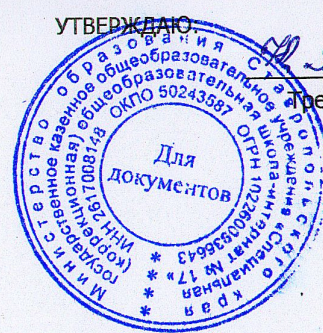
МЕНЮ

28.09.2022 среда

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	664	18,04	12,31	96,41	65,57			
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	20,55	ИН00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	11,57	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,13	И000075
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,87	ИН00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Второй завтрак	223	3,78	0,93	63,25	18,90			
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	24,58	ИН112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	Я000389
Обед	1 244	49,35	41,83	164,16	36,09			
Овощи натуральные (огурцы)	14	0,80	0,10	2,50	10,00	100	6,00	ИН106/2
Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	4,16	И000088
Плов из говядины	644	32,98	33,78	52,04	2,56	100/200	128,56	И000265
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	3,87	Я000699
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	3,59	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,56	ИН00110
Соль						5	0,07	300
Полдник	791	43,24	33,44	79,37	2,11			
Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	101,31	И000223
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	И000386
Ужин	956	42,38	61,99	56,85	4,86			
Омлет с сыром	579	29,88	49,04	4,25	2,26	250	73,03	И000211
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,16	И000001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,86	ИН00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	13,15	И000385
Итого за день:	3 878	156,79	150,50	460,04	127,52	3135	448,04	

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)



МЕНЮ

28.09.2022 среда

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	664	18,04	12,31	96,41	65,57			
Рыба, тушеная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	20,47	ИИ00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	11,62	ИИ00125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,17	ИИ00075
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,88	ИИ00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	ИИ00376
Второй завтрак	223	3,78	0,93	63,25	18,90			
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	24,21	ИИ112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	12,00	ЯИ00389
Обед	1 014	41,93	34,57	133,36	29,00			
Овощи натуральные (огурцы)	14	0,80	0,10	2,50	10,00	100	6,00	ИИ106/2
Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	3,44	ИИ00088
Плов из говядины	547	29,66	28,49	43,01	2,14	90/180	115,68	ИИ00265
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,15	ЯИ00699
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,88	ИИ00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,70	ИИ00110
Соль						3	0,05	300
Полдник	618	33,88	26,33	61,53	1,93			
Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	72,94	ИИ00223
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	ИИ00386
Ужин	841	36,40	52,18	56,00	4,04			
Омлет с сыром	463	23,90	39,23	3,40	1,44	200	58,29	ИИ00211
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,16	ИИ00001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	2,88	ИИ00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	13,15	ИИ00385
Итого за день:	3 359	134,04	126,32	410,55	119,44	2883	387,70	

Составитель Зав.складом

(должность)

Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)