

МЕНЮ

14.02.2023 вторник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	859	24,35	37,34	106,21	0,81			
Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	19,77	И000401
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	9,09	И000209
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,26	ИН00108
Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,50	И000014
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,08	И000379
Второй завтрак	207	3,41	3,78	44,25	0,40			
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	4,35	Я000452
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	15,00	Я000338
Обед	1 129	34,95	44,68	142,42	8,74			
Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	5,79	И000101
Сосиски отварные	345	15,60	31,35			150	53,89	ИН00395
Соус томатный	31	0,52	1,74	3,22	0,78	50	3,32	ИН00453
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	13,88	И000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,84	И000349
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,85	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,72	ИН00110
Соль						5	0,09	300
Полдник	379	10,30	5,76	73,67	0,52			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	14,30	Я00014
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	8,51	И000382
Ужин	526	31,09	17,29	59,30	69,53			
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	52,53	И000227
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	11,24	И000139
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,39	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Лавровый лист						1	0,81	0002
Второй ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60			
Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	14,40	И000386
Итого за день:	3 202	109,90	113,85	434,25	80,60	3071	280,85	



МЕНЮ

14.02.2023 вторник

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	859	24,35	37,34	106,21	0,81			
Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	19,80	И000401
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	9,13	И000209
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,26	ИН00108
Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,50	И000014
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,08	И000379
Второй завтрак	207	3,41	3,78	44,25	0,40			
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Печенье	114	2,25	3,54	7,08		30	4,35	Я000452
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	15,00	Я000338
Обед	902	25,96	33,12	121,48	7,83			
Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	4,84	И000101
Сосиски отварные	230	10,40	20,90			100	35,91	ИН00395
Соус томатный	31	0,52	1,74	3,22	0,78	50	3,29	ИН00453
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	13,98	И000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,91	И000349
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,28	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,81	ИН00110
Соль						3	0,05	300
Полдник	379	10,30	5,76	73,67	0,52			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	14,30	Я00014
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	8,51	И000382
Ужин	501	27,35	15,71	60,60	69,34			
Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100	43,78	И000227
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	11,23	И000139
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,42	Я000008
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	200/15	1,43	И000376
Лавровый лист						1	0,62	0002
Второй ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60			
Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	14,40	И000386
Итого за день:	2 949	97,17	100,71	414,60	79,50	2899	249,28	

Зав. складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Сладкое			
Макароны			
Крупы			
Сыр			
Молоко			
Сметана			
Сливки			
Хлеб			
Хлебцы			
Мука			
Яйца			
Масло			
Соль			
Сахар			
Чай			
Кофе			
Специи			
Консервы			
Сок			
Компоты			
Салаты			
Десерты			
Напитки			
Специальные диеты			
Другое			