



# МЕНЮ

15.02.2023 среда

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>664</b>	<b>18,04</b>	<b>12,31</b>	<b>96,41</b>	<b>65,57</b>			
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,36	ИН00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	15,88	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,01	И000075
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,22	ИН00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И0000376
<b>Второй завтрак</b>	<b>223</b>	<b>3,78</b>	<b>0,93</b>	<b>63,25</b>	<b>18,90</b>			
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	31,42	ИН112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
<b>Обед</b>	<b>965</b>	<b>35,23</b>	<b>34,59</b>	<b>129,14</b>	<b>28,33</b>			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,89	Я000070
Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	4,75	И000088
Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150	37,41	И000291
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,12	Я000699
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,22	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,87	ИН00110
Соль						3	0,06	300
<b>Полдник</b>	<b>602</b>	<b>31,29</b>	<b>24,03</b>	<b>70,70</b>	<b>1,83</b>			
Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	79,27	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,34	ИН00501
Сода пищевая	5	0,01		1,27		13	0,93	Я000074
<b>Ужин</b>	<b>841</b>	<b>36,40</b>	<b>52,18</b>	<b>56,00</b>	<b>4,04</b>			
Омлет с сыром	463	23,90	39,23	3,40	1,44	200	67,43	И000211
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,69	И000001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,22	ИН00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	13,11	И000385
<b>Второй ужин</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,08	И000386
<b>Итого за день:</b>	<b>3 394</b>	<b>130,55</b>	<b>129,04</b>	<b>423,50</b>	<b>120,07</b>	<b>3056</b>	<b>354,52</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

Директор

Трегубов Н.Т.

# МЕНЮ

## 15.02.2023 среда

Столовая



Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ реп
<b>Завтрак</b>	<b>664</b>	<b>18,04</b>	<b>12,31</b>	<b>96,41</b>	<b>65,57</b>			
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,38	ИН003
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	15,88	И0001
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,02	И0000
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,21	ИН001
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И0003
<b>Второй завтрак</b>	<b>223</b>	<b>3,78</b>	<b>0,93</b>	<b>63,25</b>	<b>18,90</b>			
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	31,42	ИН111
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я0003
<b>Обед</b>	<b>1 031</b>	<b>40,10</b>	<b>23,40</b>	<b>162,85</b>	<b>41,97</b>			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,91	Я0007
Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	5,66	И0000
Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	090/190	45,47	И0002
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,14	Я0006
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	4,01	ИН001
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,81	ИН001
Соль						5	0,09	300
<b>Полдник</b>	<b>775</b>	<b>40,65</b>	<b>31,14</b>	<b>88,54</b>	<b>2,01</b>			
Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	105,68	И0001
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,34	ИН001
Сода пищевая	5	0,01		1,27		13	0,91	Я0001
<b>Ужин</b>	<b>956</b>	<b>42,38</b>	<b>61,99</b>	<b>56,85</b>	<b>4,86</b>			
Омлет с сыром	579	29,88	49,04	4,25	2,26	250	84,30	И0001
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,69	И0001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,21	ИН001
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	13,11	И0001
<b>Второй ужин</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,08	И0001
<b>Итого за день:</b>	<b>3 749</b>	<b>150,75</b>	<b>134,77</b>	<b>475,90</b>	<b>134,70</b>	<b>3328</b>	<b>410,56</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)

Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)