

Директор

УТВЕРЖДАЮ:



Трегубов Н.Т.

# МЕНЮ

## 06.02.2023 понедельник

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>471</b>   | <b>12,57</b> | <b>21,44</b> | <b>57,03</b>  | <b>7,02</b>  |         |             |                |
| Яйца вареные                             | 63           | 5,08         | 4,60         | 0,28          |              |         |             |                |
| Икра кабачковая консервированная         | 123          | 2,00         | 9,00         | 8,54          | 7,00         | 1 шт.   | 9,11        | И000209        |
| Бутерброд с маслом                       | 136          | 2,36         | 7,49         | 14,89         |              | 100     | 10,90       | Я00072         |
| Хлеб пшеничный                           | 94           | 3,04         | 0,32         | 19,68         |              | 40      | 8,69        | И000001        |
| Чай с сахаром                            | 55           | 0,09         | 0,03         | 13,64         | 0,02         | 200/15  | 2,25        | Я000008        |
| <b>Второй завтрак</b>                    | <b>162</b>   | <b>3,41</b>  | <b>3,78</b>  | <b>44,25</b>  | <b>0,40</b>  |         | <b>1,84</b> | <b>И000376</b> |
| Вафли кондитерские                       | 69           | 2,25         | 3,54         | 7,08          |              | 30      | 6,63        | Я00009         |
| Сок фруктовый                            | 45           | 1,00         |              | 24,40         | 0,40         | 200     | 10,40       | Я000389        |
| Фрукты                                   | 48           | 0,16         | 0,24         | 12,77         |              | 185     | 15,00       | Я000338        |
| <b>Обед</b>                              | <b>1 058</b> | <b>36,44</b> | <b>28,74</b> | <b>154,98</b> | <b>71,55</b> |         |             |                |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 142          | 3,23         | 3,40         | 20,95         | 2,97         | 300     | 5,81        | И000103        |
| Котлеты, биточки, шницели                | 245          | 15,12        | 15,88        | 10,30         | 0,12         | 120     | 85,94       | И000381        |
| Капуста тушеная                          | 154          | 4,08         | 7,36         | 15,78         | 68,32        | 200     | 11,24       | И000139        |
| Компот из смеси сухофруктов              | 133          | 0,66         | 0,09         | 32,01         | 0,15         | 200     | 3,56        | И000349        |
| Хлеб пшеничный                           | 168          | 5,43         | 0,57         | 35,14         |              | 50      | 4,05        | И000108        |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)          | 217          | 7,92         | 1,44         | 40,80         |              | 120     | 8,75        | И000110        |
| Соль                                     |              |              |              |               |              | 5       | 0,09        | 300            |
| <b>Полдник</b>                           | <b>387</b>   | <b>6,05</b>  | <b>5,44</b>  | <b>74,19</b>  | <b>1,99</b>  |         |             |                |
| Ватрушка с повидлом                      | 268          | 5,94         | 5,32         | 49,10         | 0,16         | 100     | 10,66       | И000410        |
| Кисель из яблок                          | 119          | 0,11         | 0,12         | 25,09         | 1,83         | 200     | 6,03        | И000352        |
| <b>Ужин</b>                              | <b>1 157</b> | <b>55,42</b> | <b>47,57</b> | <b>125,34</b> | <b>18,28</b> |         |             |                |
| Запеканка из творога                     | 568          | 30,75        | 23,37        | 58,62         | 0,58         | 200/30  | 67,23       | Я000223        |
| Молоко кипяченое                         | 107          | 5,80         | 5,00         | 9,60          | 2,60         | 200     | 12,69       | И000385        |
| Котлеты рубленные из курицы              | 243          | 12,51        | 14,78        | 15,02         | 0,68         | 75/45   | 38,49       | И000294        |
| Картофель отварной                       | 105          | 2,02         | 3,96         | 13,99         | 14,42        | 100/5   | 7,93        | И000125        |
| Хлеб пшеничный                           | 134          | 4,34         | 0,46         | 28,11         |              | 40      | 3,23        | И000108        |
| Лавровый лист                            |              |              |              |               |              | 1       | 0,70        | 0002           |
| <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     | 13,75       | И000386        |

|                       |       |        |        |        |        |      |               |
|-----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|------|---------------|
| <b>Итого за день:</b> | 3 336 | 119,69 | 111,97 | 463,79 | 100,64 | 3041 | <b>344,97</b> |
|-----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|------|---------------|

Составитель Зав.складом *Л.Ю. Ковальчук* Ковальчук Л.Ю.

(должность) (подпись) (ФИО)

---

(должность) (подпись) (ФИО)

---

(должность) (подпись) (ФИО)

Директор

УТВЕРЖДАЮ:



*Н.Т. Трегубов*  
Трегубов Н.Т.

# МЕНЮ

## 06.02.2023 понедельник

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>471</b>   | <b>12,57</b> | <b>21,44</b> | <b>57,03</b>  | <b>7,02</b>  |         |            |         |
| Яйца вареные                             | 63           | 5,08         | 4,60         | 0,28          |              |         |            |         |
| Икра кабачковая консервированная         | 123          | 2,00         | 9,00         | 8,54          | 7,00         | 1 шт.   | 9,07       | И000209 |
| Бутерброд с маслом                       | 136          | 2,36         | 7,49         | 14,89         |              | 100     | 10,90      | Я00072  |
| Хлеб пшеничный                           | 94           | 3,04         | 0,32         | 19,68         |              | 40      | 8,69       | И000001 |
| Чай с сахаром                            | 55           | 0,09         | 0,03         | 13,64         | 0,02         | 200/15  | 2,27       | Я000008 |
| <b>Второй завтрак</b>                    | <b>162</b>   | <b>3,41</b>  | <b>3,78</b>  | <b>44,25</b>  | <b>0,40</b>  |         |            |         |
| Вафли кондитерские                       | 69           | 2,25         | 3,54         | 7,08          |              | 30      | 6,63       | Я00009  |
| Сок фруктовый                            | 45           | 1,00         |              | 24,40         | 0,40         | 200     | 10,40      | Я000389 |
| Фрукты                                   | 48           | 0,16         | 0,24         | 12,77         |              | 185     | 15,00      | Я000338 |
| <b>Обед</b>                              | <b>848</b>   | <b>28,35</b> | <b>24,80</b> | <b>120,71</b> | <b>70,61</b> |         |            |         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 118          | 2,69         | 2,84         | 17,45         | 2,06         | 250     | 4,84       | И000103 |
| Котлеты, биточки, шницели                | 204          | 12,60        | 13,23        | 8,58          | 0,08         | 100     | 71,45      | И000381 |
| Капуста тушеная                          | 154          | 4,08         | 7,36         | 15,78         | 68,32        | 200     | 11,23      | И000139 |
| Компот из смеси сухофруктов              | 133          | 0,66         | 0,09         | 32,01         | 0,15         | 200     | 3,72       | И000349 |
| Хлеб пшеничный                           | 94           | 3,04         | 0,32         | 19,68         |              | 40      | 2,27       | Я000008 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)          | 145          | 5,28         | 0,96         | 27,20         |              | 80      | 5,86       | И000110 |
| Соль                                     |              |              |              |               |              | 3       | 0,06       | 300     |
| <b>Полдник</b>                           | <b>320</b>   | <b>4,57</b>  | <b>4,11</b>  | <b>61,92</b>  | <b>1,92</b>  |         |            |         |
| Ватрушка с повидлом                      | 201          | 4,46         | 3,99         | 36,83         | 0,09         | 75      | 8,02       | И000410 |
| Кисель из яблок                          | 119          | 0,11         | 0,12         | 25,09         | 1,83         | 200     | 5,91       | И000352 |
| <b>Ужин</b>                              | <b>1 117</b> | <b>53,34</b> | <b>45,10</b> | <b>122,83</b> | <b>18,16</b> |         |            |         |
| Запеканка из творога                     | 568          | 30,75        | 23,37        | 58,62         | 0,58         | 200/30  | 67,18      | Я000223 |
| Молоко кипяченое                         | 107          | 5,80         | 5,00         | 9,60          | 2,60         | 200     | 12,69      | И000385 |
| Котлеты рубленые из курицы               | 203          | 10,43        | 12,31        | 12,51         | 0,56         | 65/35   | 32,08      | И000294 |
| Картофель отварной                       | 105          | 2,02         | 3,96         | 13,99         | 14,42        | 100/5   | 7,93       | И000125 |
| Хлеб пшеничный                           | 134          | 4,34         | 0,46         | 28,11         |              | 40      | 3,23       | И000108 |
| Лавровый лист                            |              |              |              |               |              | 1       | 0,66       | 0002    |
| <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     | 13,75      | И000386 |

|                       |  |       |        |        |        |       |      |               |
|-----------------------|--|-------|--------|--------|--------|-------|------|---------------|
| <b>Итого за день:</b> |  | 3 018 | 108,04 | 104,22 | 414,74 | 99,51 | 2874 | <b>315,68</b> |
|-----------------------|--|-------|--------|--------|--------|-------|------|---------------|

Составитель Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)