



МЕНЮ

07.02.2023 вторник

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	725	24,09	30,18	88,97	2,27			
Каша жидкая молочная (пшенная)	285	7,51	11,72	37,05	1,17	200/10	15,12	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,72	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,60	И000379
Сыр (порциями)	103	7,80	7,95		0,84	30	18,15	И000015
Хлеб пшеничный	101	3,26	0,34	21,09		30	2,46	И000108
Второй завтрак	162	3,41	3,78	44,25	0,40			
Печенье	69	2,25	3,54	7,08		30	4,35	Я000452
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	16,17	Я000338
Обед	1 005	38,16	35,03	132,21	13,33			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,91	Я000070
Рассольник ленинградский	107	2,02	5,09	11,98	2,09	250	6,77	И000096
Мясо тушеное (говядина)	284	19,00	21,75	2,88	1,09	100	128,29	Я000256
Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200	8,20	И000309
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	2,30	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,86	И000110
Соль						3	0,06	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	9,03	И000382
Ужин	715	19,51	21,36	87,68	335,71			
Сельдь с луком	174	10,12	13,38	3,28	280,00	100	24,64	И000076
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	15,02	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,03	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,30	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	3,25	И000377
Второй ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60			
Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	15,23	И000386
Итого за день:	3 089	101,27	101,12	435,18	352,84	3060	346,88	

МЕНЮ

07.02.2023 вторник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	934	31,89	37,60	117,02	2,16			
Каша жидкая молочная (пшенная)	393	10,54	16,26	51,04	0,78	300/15	22,68	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,71	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,60	И000379
Сыр (порциями)	137	10,40	10,60		1,12	40	24,16	И000015
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	4,10	И000108
Второй завтрак	162	3,41	3,78	44,25	0,40			
Печенье	69	2,25	3,54	7,08		30	4,35	Я000452
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	16,50	Я000338
Обед	1 179	45,76	40,96	153,70	14,74			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,81	Я00070
Рассольник ленинградский	129	2,42	6,11	14,38	3,02	300	8,14	И000096
Мясо тушеное (говядина)	341	22,80	26,10	3,45	1,58	120	153,98	Я000256
Макаронные изделия отварные	225	7,36	6,02	35,26		200	8,30	И000309
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,56	И000349
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,87	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,75	И000110
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	9,04	И000382
Ужин	715	19,51	21,36	87,68	335,71			
Сельдь с луком	174	10,12	13,38	3,28	280,00	100	24,68	И000076
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	15,10	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,01	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,36	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	3,34	И000377
Второй ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60			
Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	15,23	И000386
Итого за день:	3 472	116,67	114,46	484,72	354,13	3317	393,06	