

Столовая
Дети 7-11 (Шк)

МЕНЮ**14.12.2023 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак		567	19,61	19,32	78,35	1,49		35,98	
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	8,00	И00020
	Каша жидкая молочная из манной крупы	251	6,11	10,72	32,38	1,17	200/10	15,03	И00018
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,11	ИН0010
	Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200	9,84	И00038
Второй завтрак		311	2,89	1,05	63,94	20,33		45,32	
	Бананы	192	2,78	0,93	38,85	18,50	185	39,78	ИН0033
	Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	1,83	200	5,54	И00035
Обед		1 140	33,35	37,16	162,44	3,38		109,63	
	Икра морковная	109	2,00	6,66	10,17	0,48	100	9,45	И00007
	Борщ с капустой и картофелем	104	1,80	4,92	10,93	2,67	250	5,60	И00008
	Котлеты, биточки, шницели	204	12,60	13,23	8,58	0,08	100	69,27	ИН0038
	Каша перловая рассыпчатая	279	6,12	8,98	41,96		200	9,48	ИН0024
	Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50	3,21	ИН0045
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,83	И00034
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,11	ИН0010
	Хлеб ржано-пшеничный	145	5,28	0,96	27,20		80	5,63	ИН0011
	Соль						3	0,05	300
Полдник		193	4,59	7,11	27,80	0,02		7,38	
	Печенье	138	4,50	7,08	14,16		60	5,64	Я00045
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,74	И00037
Ужин		521	28,87	14,81	81,77	11,23		90,85	
	Овощи натуральные соленые(капуста)	13	0,80	0,10	1,70	5,00	100	16,43	И00007
	Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100	48,92	И00022
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	11,59	И00031
	Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,11	ИН0010
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я00038
Второй ужин		100	5,80	5,00	8,00	1,40		13,46	
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,46	И00038
Итого за день:		2 832	95,11	84,45	422,29	37,85		302,62	

