



МЕНЮ

10.01.2023 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	16,49	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	10,27	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,83	И000379
Сыр (порциями)	103	7,80	7,95		0,84	30	19,67	И000015
Хлеб пшеничный	101	3,26	0,34	21,09		30	3,25	И000108
Второй завтрак	292	6,03	4,46	70,33	17,51			
Печенье	69	2,25	3,54	7,08		30	4,20	Я000452
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	17,11	185	36,16	И000112/5
Обед	980	38,13	41,15	110,81	45,08			
Рассольник ленинградский	107	2,02	5,09	11,98	2,09	250	7,59	И000096
Курица отварная	342	22,51	27,44	1,21	0,13	100	43,26	И000288
Капуста тушеная	159	4,62	7,25	18,73	42,71	200	9,63	И000139
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,57	И000349
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	3,03	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	6,05	И000110
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	13,74	Я00014
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	9,26	И000382
Ужин	687	28,03	15,83	84,70	56,70			
Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100	44,24	И000227
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	17,18	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,24	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	3,03	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	3,17	И000377
Второй ужин	100	5,80	5,00	8,00	1,40			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	И000386
Итого за день:	3 163	112,37	102,39	436,48	123,49	2960	295,49	

Зав. складом

(должность)

Л.Ю. Ковальчук
(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ
10.01.2023 вторник
Слован

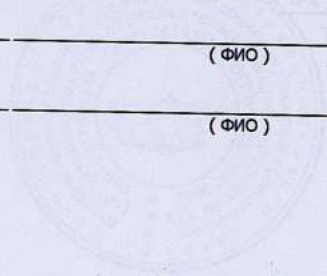


Иллюстрация	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Сыр — сливочный (плавленый)	285	2,51	11,72	32,05	1,17	200/10	16,49	1000182
Булочки с изюмом	136	2,36	7,49	14,89		40	10,27	1000071
Кефир с сахаром и молоком	101	3,17	2,60	15,95	0,26	200	9,23	1000175
Сыр (плавленый)	181	7,80	7,98		0,84	10	12,57	1000015
Хлеб пшеничный	161	3,25	6,34	21,29		35	6,25	1000146
Печенье	99	2,26	3,34	7,08		30	4,20	1000152
Сок фруктовый	49	1,00		24,10	0,40	200	10,40	1000139
Фрукты или ягоды свежие (бананы)	176	1,70	0,34	39,95	17,21	185	36,16	1011215
Рисовый пенингтонский	107	2,02	1,09	21,90	2,09	200	7,50	1000196
Хурма отварная	342	22,54	27,44	1,21	0,13	100	43,26	1000228
Капуста тушеная	159	4,92	7,26	18,73	42,71	200	9,63	1000138
Компот из смеси сухофруктов	133	0,08	0,09	32,01	0,15	200	3,57	1000149
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,58		40	3,03	1000097
Хлеб столовый (рожано-пшеничный)	146	1,25	0,56	27,20		80	6,07	1000096
Соль						1	0,25	100
Булочки поджаренная	230	6,79	2,33	46,23		100	13,74	1000114
Какао с молоком	140	1,54	3,43	23,82	0,52	200	9,26	1000202
Рыба притушенная	116	18,64	7,85	4,36	0,99	100	44,24	1000127
Картофель отварной	200	1,85	7,54	26,65	52,32	200	17,18	1000126
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,67	100	7,24	1000176
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,58		40	3,03	1000096
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,85	20/15/7	3,17	1000197
Кефир	100	5,80	3,00	8,00	1,40	200	14,10	1000196

МЕНЮ**10.01.2023 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	24,87	И000182
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	10,27	И000001
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,83	И000379
Сыр (порциями)	137	10,40	10,60		1,12	40	26,20	И000015
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	5,40	И000108
Второй завтрак	292	6,03	4,47	70,33	18,90			
Печенье	69	2,25	3,54	7,08		30	4,20	Я000452
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	35,61	И00112/5
Обед	1 165	46,43	48,21	131,97	46,06			
Рассольник ленинградский	129	2,42	6,11	14,38	3,02	300	9,08	И000096
Курица отварная	410	27,01	32,92	1,45	0,19	120	51,90	И000288
Капуста тушеная	159	4,62	7,25	18,73	42,71	200	9,66	И000139
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,65	И000349
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	3,78	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	9,07	И000110
Соль						5	0,08	300
Полдник	379	10,30	5,76	73,67	0,52			
Булочка йодированная	239	6,76	2,33	49,85		100	13,76	Я00014
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	9,26	И000382
Ужин	717	31,75	17,40	84,76	56,90			
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	53,24	И000227
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	17,33	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	7,27	И000075
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	3,04	Я000008
Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	3,08	И000377
Второй ужин	100	5,80	5,00	8,00	1,40			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,18	И000386
Итого за день:	3 588	132,21	118,45	485,75	125,95	3237	335,16	

Зав. складом

(должность)

Л.Ю. Ковальчук
(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ

18.02.2023 вторник

Столовая

Часы работы: Понедельник - 12:15 (12:45)

Дата: 18.02.2023

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец.
Сливочный чай с лимоном (столовая)	393	18,54	16,26	51,04	0,78	300/15	24,07	18000151
Булочка с маком	136	2,30	7,49	14,89		40	10,27	18000150
Коричневый напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,63	18000149
Сыр (порционный)	137	10,40	10,60		1,12	40	25,20	18000148
Хлеб пшеничный	169	6,43	0,37	35,14		50	5,40	18000147
Печенье	89	2,25	3,34	7,08		30	4,20	18000146
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	18000145
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	179	2,78	0,90	38,38	18,50	185	35,61	18000144
Рассольник ленинградский	129	2,42	6,11	14,90	3,02	300	9,00	18000143
Курица отварная	410	27,01	22,92	1,45	8,19	120	51,90	18000142
Капуста тушеная	199	4,62	7,35	18,73	42,71	200	9,60	18000141
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,05	32,01	0,15	200	3,05	18000140
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,80		50	3,78	18000139
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	9,07	18000138
Соль						5	0,05	301
Булочка йодированная	279	4,74	2,35	42,85		100	13,75	18000137
Какао с молоком	140	3,84	3,43	22,82	0,62	200	9,76	18000136
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	53,21	18000135
Картофель отварной	200	3,08	7,54	26,65	52,32	200	12,30	18000134
Икра свекольная	185	2,97	0,10	22,87	0,57	100	7,27	18000133
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	3,04	18000132
Чай с лимоном	82	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7	3,18	18000131
Кефир	100	5,00	5,00	8,00	1,40	200	14,10	18000130