

МЕНЮ

11.01.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	632	21,74	24,34	78,96	59,30			
Икра свекольная	115	2,16	6,66	11,56	6,36	100	7,40	И000075
Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	29,64	И000234
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	17,10	И000125
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,62	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Второй завтрак	93	1,16	0,24	37,17	0,40			
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	10,00	Я000338
Обед	1 018	41,93	35,27	134,06	29,00			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	16,08	Я00070
Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	4,51	И000088
Плов из говядины	547	29,66	28,49	43,01	2,14	90/180	60,72	И000265
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	3,98	Я000699
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,75	И000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	6,05	И000110
Соль						3	0,05	300
Полдник	597	31,28	24,03	69,43	1,83			
Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	76,66	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,16	И000501
Ужин	526	17,65	17,18	74,76	3,77			
Каша жидкая молочная (пшенная)	285	7,51	11,72	37,05	1,17	200/10	16,36	И000182
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,73	И000385
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,75	И000108
Второй ужин	140	3,54	3,43	23,82	0,52			
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200	9,27	И000382
Итого за день:	3 007	117,30	104,49	418,21	94,82	3053	302,07	

Составитель Зав.складом

(должность)

Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)