

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Трегубов Н.Т.

# МЕНЮ

## 31.01.2023 вторник

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>859</b>	<b>24,35</b>	<b>37,34</b>	<b>106,21</b>	<b>0,81</b>			
Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	20,73	И000401
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	9,00	И000209
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,30	ИН00108
Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,50	И000014
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,98	И000379
<b>Второй завтрак</b>	<b>162</b>	<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>0,40</b>			
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30	6,63	Я000009
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	15,00	Я000338
<b>Обед</b>	<b>1 198</b>	<b>44,52</b>	<b>48,14</b>	<b>142,56</b>	<b>8,12</b>			
Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	5,74	И000101
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	43,96	И000288
Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	7,76	ИН00443
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	14,09	И000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,36	И000349
Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50	2,86	Я000008
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,78	ИН00110
Соль						5	0,09	300
<b>Полдник</b>	<b>379</b>	<b>10,30</b>	<b>5,76</b>	<b>73,67</b>	<b>0,52</b>			
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	9,41	И000382
<b>Ужин</b>	<b>526</b>	<b>31,09</b>	<b>17,29</b>	<b>59,30</b>	<b>69,53</b>			
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	52,40	И000227
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	11,21	И000139
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,45	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Лавровый лист						1	0,64	0002
<b>Второй ужин</b>	<b>102</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>0,60</b>			
Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	15,43	И000386
<b>Итого за день:</b>	<b>3 226</b>	<b>119,47</b>	<b>117,31</b>	<b>434,38</b>	<b>79,98</b>	<b>3011</b>	<b>280,86</b>	

Зав.складом

(должность)

(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

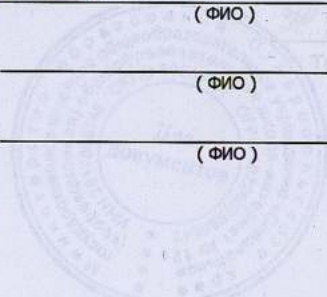
(подпись)

(ФИО)

# МЕНЮ

31.01.2023 вторник

Столовая



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец.
Оладьи (со сметаной)	82	11,84	18,73	61,67	0,55	150/40	20,73	1000013
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,20		1,00/3-1	0,00	1000017
Хлеб пшеничный	134	1,34	0,46	28,11		40	3,30	1000018
Масло (подсолн.)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,50	1000014
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,05	0,26	200/50	0,50	1000015
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	1000016
Вафли кондитерские	69	2,25	3,34	7,08		30	6,63	1000009
Фрукты	48	0,16	0,74	12,77		100	15,00	1000010
Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	5,74	1000011
Курица отварная	576	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	43,56	1000012
Соус сметанный натуральный	89	0,92	0,36	2,02		30	7,78	1000014
Пюре картофельное	193	4,00	6,40	27,25	4,84	200	14,09	1000013
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,26	1000016
Хлеб пшеничный	118	3,00	0,40	24,50		30	7,86	1000010
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,20		130	8,78	1000110
Соль						5	0,50	100
Булочка йодированная	239	6,76	2,23	45,85		100	14,30	1000014
Какао с молоком	140	3,54	3,40	23,82	0,52	200	9,41	1000016
Рыба припущенная	176	22,36	9,42	0,36	1,19	120	52,40	10000227
Капуста тушеная	154	4,06	7,36	15,78	60,32	200	11,21	1000139
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,45	1000008
Чай с сахаром	56	0,09	0,63	13,64	0,02	200/15	1,84	10000378
Лавровый лист						1	0,64	1000
Ряженка	102	5,20	5,00	8,40	0,60	200	15,43	1000016

# МЕНЮ

## 31.01.2023 вторник

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>859</b>	<b>24,35</b>	<b>37,34</b>	<b>106,21</b>	<b>0,81</b>			
Оладьи (со сметаной)	462	11,64	18,73	61,67	0,55	150/40	20,77	И000401
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.	9,07	И000209
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,27	И000108
Масло (порциями)	99	0,12	10,88	0,20		15	10,50	И000014
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95	0,26	200	9,98	И000379
<b>Второй завтрак</b>	<b>162</b>	<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>0,40</b>			
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,40	Я000389
Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30	6,63	Я000009
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	15,00	Я000338
<b>Обед</b>	<b>1 086</b>	<b>40,72</b>	<b>47,04</b>	<b>121,61</b>	<b>7,21</b>			
Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	4,79	И000101
Курица отварная	376	24,76	30,18	1,33	0,16	100/10	43,96	И000288
Соус сметанный натуральный	69	0,92	6,38	2,02		30	7,84	И000443
Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200	14,26	И000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,91	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	5,85	И000110
Соль						3	0,05	300
<b>Полдник</b>	<b>379</b>	<b>10,30</b>	<b>5,76</b>	<b>73,67</b>	<b>0,52</b>			
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	9,41	И000382
<b>Ужин</b>	<b>501</b>	<b>27,35</b>	<b>15,71</b>	<b>60,60</b>	<b>69,34</b>			
Рыба припущенная	146	18,64	7,85	0,30	0,99	100	43,78	И000227
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200	11,22	И000139
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,44	Я000008
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	200/15	1,43	И000376
Лавровый лист						1	0,62	0002
<b>Второй ужин</b>	<b>102</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>0,60</b>			
Ряженка	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	15,43	И000386
<b>Итого за день:</b>	<b>3 089</b>	<b>111,93</b>	<b>114,63</b>	<b>414,74</b>	<b>78,88</b>	<b>2889</b>	<b>268,21</b>	

Зав.складом

(должность)

*Л.Ю. Ковальчук*  
(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

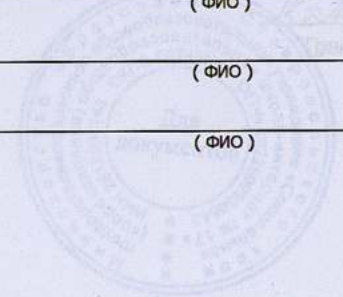
(ФИО)

# МЕНЮ

Столовая

Кухня: Для 7-11 (04)

Дата: Без даты



Наименование	Энерг. ценность	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Сметана (20% жирности)	452	11,84	18,73	51,87	0,55	100/40	20,77	10000401
Сметана (20% жирности)	452	5,08	4,60	0,28		1шт.	5,07	10000402
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,45	28,11		40	3,27	10000108
Масло (подсолнечное)	90	0,12	10,88	0,20		15	10,38	10000214
Корейский напиток с молоком	101	3,17	2,83	15,95	0,20	200	5,38	10000370
Сок фруктовый	39	2,09		24,40	0,40	200	10,40	10000349
Вафли кондитерские	50	2,23	3,54	7,08		3	5,53	10000009
Фрукты	48	0,16	0,24	12,72		195	15,00	10000328
Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	11,11	1,06	250	4,78	10000311
Курица отварная	205	24,78	26,18	1,33	0,16	100/10	43,96	10000303
Соус сметанный натуральный	65	0,32	5,38	2,02		90	7,94	10000443
Пюре картофельное	183	4,09	5,40	27,25	4,54	200	14,20	10000312
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200	3,91	10000345
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	15,69		40	3,30	10000208
Хлеб столовый (ржанно-пшеничный)	145	1,28	0,96	27,20		80	6,80	10000119
Соль						3	0,05	100
Булочка йодированная	239	8,78	2,33	49,85		100	14,30	10000114
Какао с молоком	140	2,54	3,43	23,82	0,52	200	8,41	10000340
Рыба припущенная	146	18,64	7,05	0,30	0,99	100	43,78	10000220
Калуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,12	200	11,23	10000139
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,44	10000008
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	13,00	0,03	200/15	1,43	10000376
Лавровый лист						1	0,62	1000
Ряженка	102	5,80	9,00	8,40	0,90	200	15,43	10000386