

И.О. Директор

Дементева Б.А.

МЕНЮ

10.05.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

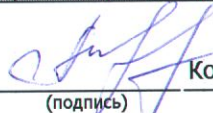
Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	664	18,04	12,31	96,41	65,57			
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,36	ИН00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	16,60	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,06	И000075
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,26	ИН00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Второй завтрак	223	3,78	0,93	63,25	18,90			
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	35,53	ИН112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
Обед	965	35,23	34,59	129,14	28,33			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,88	Я00070
Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	4,86	И000088
Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150	37,34	И000291
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,13	Я000699
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,26	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,93	ИН00110
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	80,18	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,23	ИН00501
Ужин	841	36,40	52,18	56,00	4,04			
Омлет с сыром	463	23,90	39,23	3,40	1,44	200	68,90	И000211
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,72	И000001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,26	ИН00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,97	И000385
Второй ужин	100	5,80	5,00	8,00	1,40			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,75	И000386
Итого за день:	3 389	130,54	129,04	422,23	120,07	3043	360,91	

Составитель Зав.складом

(должность)


 Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)



МЕНЮ

10.05.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	664	18,04	12,31	96,41	65,57			
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,38	ИН00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	16,60	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,07	И000075
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,27	ИН00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Второй завтрак	223	3,78	0,93	63,25	18,90			
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	34,86	ИН112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
Обед	1 031	40,10	23,40	162,85	41,97			
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,81	Я00070
Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	5,81	И000088
Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	090/190	45,53	И000291
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,37	Я000699
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	4,09	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,88	ИН00110
Соль						5	0,09	300
Полдник	770	40,64	31,14	87,27	2,01			
Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	106,93	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,23	ИН00501
Ужин	956	42,38	61,99	56,85	4,86			
Омлет с сыром	579	29,88	49,04	4,25	2,26	250	86,08	И000211
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,71	И000001
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,30	ИН00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,97	И000385
Второй ужин	100	5,80	5,00	8,00	1,40			
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,75	И000386
Итого за день:	3 744	150,74	134,77	474,63	134,70	3315	417,37	