

# МЕНЮ

## 12.04.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Все

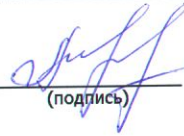


Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
<b>Завтрак</b>	<b>664</b>	<b>18,04</b>	<b>12,31</b>	<b>96,41</b>	<b>65,57</b>			
<b>Без диеты</b>								
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,37	ИН00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	16,61	И000125
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	0,57	100	9,08	И000075
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,24	ИН00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И000376
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>664</b>	<b>18,04</b>	<b>12,31</b>	<b>96,41</b>	<b>65,57</b>	<b>665</b>	<b>48,15</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b>223</b>	<b>3,78</b>	<b>0,93</b>	<b>63,25</b>	<b>18,90</b>			
<b>Без диеты</b>								
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	31,20	ИН112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>223</b>	<b>3,78</b>	<b>0,93</b>	<b>63,25</b>	<b>18,90</b>	<b>385</b>	<b>42,00</b>	
<b>Обед</b>	<b>965</b>	<b>35,23</b>	<b>34,59</b>	<b>129,14</b>	<b>28,33</b>			
<b>Без диеты</b>								
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,89	Я000070
Щи из свежей капусты с картофелем	81	1,75	4,56	8,34	12,26	250	4,88	И000088
Плов из курицы	494	22,96	27,81	38,09	1,47	80/150	37,43	И000291
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,20	Я000699
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,24	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,77	ИН00110
Соль						3	0,06	300
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>965</b>	<b>35,23</b>	<b>34,59</b>	<b>129,14</b>	<b>28,33</b>	<b>903</b>	<b>69,47</b>	
<b>Полдник</b>	<b>597</b>	<b>31,28</b>	<b>24,03</b>	<b>69,43</b>	<b>1,83</b>			
<b>Без диеты</b>								
Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	77,63	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,07	ИН00501
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>597</b>	<b>31,28</b>	<b>24,03</b>	<b>69,43</b>	<b>1,83</b>	<b>410</b>	<b>86,70</b>	
<b>Ужин</b>	<b>841</b>	<b>36,40</b>	<b>52,18</b>	<b>56,00</b>	<b>4,04</b>			
<b>Без диеты</b>								
Омлет с сыром	463	23,90	39,23	3,40	1,44	200	65,09	И000211
Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,70	И000001

Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,24	ИН00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,64	И000385
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>841</b>	<b>36,40</b>	<b>52,18</b>	<b>56,00</b>	<b>4,04</b>	<b>480</b>	<b>89,67</b>	
<b>Второй ужин</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>			
<b>Без диеты</b>								
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,45	И000386
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>	<b>200</b>	<b>13,45</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>3 389</b>	<b>130,54</b>	<b>129,04</b>	<b>422,23</b>	<b>120,07</b>	<b>3043</b>	<b>349,44</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)



Ковальчук Л.Ю.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

# МЕНЮ

## 12.04.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Все



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
<b>Завтрак</b>	<b>664</b>	<b>18,04</b>	<b>12,31</b>	<b>96,41</b>	<b>65,57</b>			
<b>Без диеты</b>								
Рыба, тушенная в томате с овощами	79	7,20	3,80	3,80	7,30	100	17,31	ИН00342
Картофель отварной	210	4,04	7,92	27,98	57,68	210	16,61	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	3,23	ИН00108
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И000376
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>664</b>	<b>18,04</b>	<b>12,31</b>	<b>96,41</b>	<b>65,57</b>	<b>665</b>	<b>48,06</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b>223</b>	<b>3,78</b>	<b>0,93</b>	<b>63,25</b>	<b>18,90</b>			
<b>Без диеты</b>								
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	178	2,78	0,93	38,85	18,50	185	31,09	ИН112/5
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>223</b>	<b>3,78</b>	<b>0,93</b>	<b>63,25</b>	<b>18,90</b>	<b>385</b>	<b>41,89</b>	
<b>Обед</b>	<b>1 031</b>	<b>40,10</b>	<b>23,40</b>	<b>162,85</b>	<b>41,97</b>			
<b>Без диеты</b>								
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,86	Я00070
Щи из свежей капусты с картофелем	108	2,12	5,94	9,48	18,93	300	5,80	И000088
Плов из курицы	427	23,73	14,65	50,03	8,44	090/190	45,41	И000291
Напиток лимонный	93	0,10		24,20	4,60	200	4,23	Я000699
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	4,03	ИН00108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,69	ИН00110
Соль						5	0,09	300
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>1 031</b>	<b>40,10</b>	<b>23,40</b>	<b>162,85</b>	<b>41,97</b>	<b>1055</b>	<b>82,11</b>	
<b>Полдник</b>	<b>770</b>	<b>40,64</b>	<b>31,14</b>	<b>87,27</b>	<b>2,01</b>			
<b>Без диеты</b>								
Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	103,39	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,07	ИН00501
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>770</b>	<b>40,64</b>	<b>31,14</b>	<b>87,27</b>	<b>2,01</b>	<b>480</b>	<b>112,46</b>	
<b>Ужин</b>	<b>956</b>	<b>42,38</b>	<b>61,99</b>	<b>56,85</b>	<b>4,86</b>			
<b>Без диеты</b>								
Омлет с сыром	579	29,88	49,04	4,25	2,26	250	81,47	И000211
Булочка с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40	8,71	И000001

Пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,20	ИН00108
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,64	И000385
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>956</b>	<b>42,38</b>	<b>61,99</b>	<b>56,85</b>	<b>4,86</b>	<b>530</b>	<b>106,02</b>	
<b>Второй ужин</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>			
<b>Без диеты</b>								
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	13,45	И000386
<b>Итого по Без диеты:</b>	<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>	<b>200</b>	<b>13,45</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>3 744</b>	<b>150,74</b>	<b>134,77</b>	<b>474,63</b>	<b>134,70</b>	<b>3315</b>	<b>403,99</b>	

Составитель Зав.складом

(должность)



(подпись)

Ковальчук Л.Ю.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)