

МЕНЮ

19.04.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Все



Дементева Б.А.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	535	20,38	18,48	70,60	62,94			
Без диеты								
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,99	Я00070
Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	29,05	И000234
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	15,89	И000125
Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40	2,27	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,84	И000376
Итого по Без диеты:	535	20,38	18,48	70,60	62,94	665	63,04	
Второй завтрак	93	1,16	0,24	37,17	0,40			
Без диеты								
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	15,00	Я000338
Итого по Без диеты:	93	1,16	0,24	37,17	0,40	385	25,80	
Обед	1 226	43,58	45,32	154,14	10,64			
Без диеты								
Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	12,25	Я00072
Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,71	12,11	2,06	250	5,05	И000101
Мясо тушеное (говядина)	269	18,81	20,13	3,26	1,21	100	128,22	Я000256
Каша рассыпчатая (гречневая)	350	11,06	11,94	49,83		200	14,76	И000171
Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	0,37	200	6,02	И000352
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,24	И000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	145	5,28	0,96	27,20		80	5,78	И000110
Соль						3	0,06	300
Итого по Без диеты:	1 226	43,58	45,32	154,14	10,64	973	175,38	
Полдник	597	31,28	24,03	69,43	1,83			
Без диеты								
Запеканка из творога	518	28,08	21,33	53,53	0,53	150/60	46,60	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,23	И000501
Итого по Без диеты:	597	31,28	24,03	69,43	1,83	410	55,83	
Ужин	662	34,74	39,51	42,21	4,04			
Без диеты								
Омлет натуральный	318	16,80	26,10	4,50	0,60	195	42,47	И000301

...р (порциями)	103	7,80	7,95		0,84	30	18,87	И000015
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,98	И000385
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,24	И000108
Итого по Без диеты:	662	34,74	39,51	42,21	4,04	465	77,56	
Второй ужин	100	5,80	5,00	8,00	1,40			
Без диеты								
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,02	И000386
Итого по Без диеты:	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,02	
Итого за день:	3 214	136,94	132,58	381,56	81,25	3098	411,63	

Составитель Зав.складом

Ковальчук Л.Ю.

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ

19.04.2023 среда

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Все



Дементева Б.А.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	582	21,90	18,64	80,44	62,94			
Без диеты								
Огурец соленый	18	0,80	0,80	3,20	10,00	100	13,95	Я00070
Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	50/5	29,27	И000234
Картофель отварной	200	3,85	7,54	26,65	52,32	200	15,88	И000125
Хлеб пшеничный	141	4,56	0,48	29,52		60	3,40	Я000008
Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15	1,85	И000376
Итого по Без диеты:	582	21,90	18,64	80,44	62,94	685	64,35	
Второй завтрак	93	1,16	0,24	37,17	0,40			
Без диеты								
Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200	10,80	Я000389
Фрукты	48	0,16	0,24	12,77		185	15,00	Я000338
Итого по Без диеты:	93	1,16	0,24	37,17	0,40	385	25,80	
Обед	1 403	51,48	50,48	177,84	11,79			
Без диеты								
Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100	12,18	Я00072
Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,25	14,54	2,97	300	6,05	И000101
Мясо тушеное (говядина)	323	22,59	24,16	3,91	1,45	120	153,90	Я000256
Каша рассыпчатая (гречневая)	350	11,06	11,94	49,83		200	14,54	И000171
Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	0,37	200	6,12	И000352
Хлеб пшеничный	168	5,43	0,57	35,14		50	4,07	И000108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	217	7,92	1,44	40,80		120	8,66	И000110
Соль						5	0,09	300
Итого по Без диеты:	1 403	51,48	50,48	177,84	11,79	1095	205,61	
Полдник	770	40,64	31,14	87,27	2,01			
Без диеты								
Запеканка из творога	691	37,44	28,44	71,37	0,71	200/80	61,96	И000223
Кофейный напиток с молоком	79	3,20	2,70	15,90	1,30	200	9,23	И000501
Итого по Без диеты:	770	40,64	31,14	87,27	2,01	480	71,19	
Ужин	696	37,34	42,16	42,21	4,32			
Без диеты								
Омлет натуральный	318	16,80	26,10	4,50	0,60	195	42,35	И000301

р (порциями)	137	10,40	10,60		1,12	40	25,18	И000015
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60	2,60	200	12,98	И000385
Хлеб пшеничный	134	4,34	0,46	28,11		40	3,28	ИН00108
Итого по Без диеты:	696	37,34	42,16	42,21	4,32	475	83,79	
Второй ужин	100	5,80	5,00	8,00	1,40			
Без диеты								
Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,02	И000386
Итого по Без диеты:	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200	14,02	
Итого за день:	3 644	158,32	147,66	432,94	82,85	3320	464,76	

Составитель Зав.складом

Ковальчук Л.Ю.

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)