

МЕНЮ

29.05.2023 понедельник

Столовая

Категория: Дети 7-11 (Шк)

Диета: Без диет



| Наименование | Энерг. цен. | Б | Ж | У | С | Вес (г) | Цена (РУБ) | № рец |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|------------|---------|
| Завтрак | 348 | 10,57 | 12,44 | 48,49 | 0,02 | | | |
| Яйца вареные | 63 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | | 1 шт. | 9,09 | И000209 |
| Бутерброд с маслом | 136 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | | 40 | 8,26 | И000001 |
| Хлеб пшеничный | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | | 40 | 2,23 | Я000008 |
| Чай с сахаром | 55 | 0,09 | 0,03 | 13,64 | 0,02 | 200/15 | 1,87 | И000376 |
| Второй завтрак | 292 | 6,03 | 4,47 | 70,33 | 18,90 | | | |
| Вафли кондитерские | 69 | 2,25 | 3,54 | 7,08 | | 30 | 8,93 | Я00009 |
| Сок фруктовый | 45 | 1,00 | | 24,40 | 0,40 | 200 | 10,80 | Я000389 |
| Фрукты или ягоды свежие (Бананы) | 178 | 2,78 | 0,93 | 38,85 | 18,50 | 185 | 24,92 | ИН112/5 |
| Обед | 847 | 26,18 | 23,88 | 124,64 | 71,09 | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 118 | 2,69 | 2,84 | 17,45 | 2,06 | 250 | 6,37 | И000103 |
| Котлеты рубленые из курицы | 203 | 10,43 | 12,31 | 12,51 | 0,56 | 65/35 | 32,08 | И000294 |
| Капуста тушеная | 154 | 4,08 | 7,36 | 15,78 | 68,32 | 200 | 11,22 | И000139 |
| Компот из смеси сухофруктов | 133 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 0,15 | 200 | 3,65 | И000349 |
| Хлеб пшеничный | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | | 40 | 2,23 | Я000008 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 145 | 5,28 | 0,96 | 27,20 | | 80 | 5,78 | ИН00110 |
| Соль | | | | | | 3 | 0,05 | 300 |
| Полдник | 320 | 4,57 | 4,11 | 61,92 | 1,92 | | | |
| Ватрушка с повидлом | 201 | 4,46 | 3,99 | 36,83 | 0,09 | 75 | 8,54 | И000410 |
| Кисель из яблок | 119 | 0,11 | 0,12 | 25,09 | 1,83 | 200 | 5,86 | И000352 |
| Ужин | 1 010 | 50,14 | 36,59 | 118,33 | 24,90 | | | |
| Запеканка из творога | 568 | 30,75 | 23,37 | 58,62 | 0,58 | 200/30 | 44,57 | Я000223 |
| Молоко кипяченое | 107 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 2,60 | 200 | 12,46 | И000385 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 79 | 7,20 | 3,80 | 3,80 | 7,30 | 100 | 17,38 | ИН00342 |
| Картофель отварной | 105 | 2,02 | 3,96 | 13,99 | 14,42 | 100/5 | 10,00 | И000125 |
| Хлеб пшеничный | 134 | 4,34 | 0,46 | 28,11 | | 40 | 3,16 | ИН00108 |
| Лавровый лист | | | | | | 1 | 0,58 | 0002 |
| Сода пищевая | 16 | 0,03 | | 4,20 | | 43 | 3,48 | Я000074 |
| Второй ужин | 100 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 1,40 | | | |
| Кефир | 100 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 1,40 | 200 | 14,44 | И000386 |

Итого за день:

2 917

103,29

86,49

431,70

118,23

2817

247,95

Составитель Зав.складом

Ковальчук Л.Ю.

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

МЕНЮ

29.05.2023 понедельник

Столовая

Категория: Дети 12-18 (Шк)

Диета: Без диет



| Наименование | Энерг. цен. | Б | Ж | У | С | Вес (г) | Цена (РУБ) | № рец |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|------------|---------|
| Завтрак | 348 | 10,57 | 12,44 | 48,49 | 0,02 | | | |
| Яйца вареные | 63 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | | 1 шт. | 9,11 | И000209 |
| Бутерброд с маслом | 136 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | | 40 | 8,26 | И000001 |
| Хлеб пшеничный | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | | 40 | 2,22 | Я000008 |
| Чай с сахаром | 55 | 0,09 | 0,03 | 13,64 | 0,02 | 200/15 | 1,89 | И000376 |
| Второй завтрак | 292 | 6,03 | 4,47 | 70,33 | 18,90 | | | |
| Вафли кондитерские | 69 | 2,25 | 3,54 | 7,08 | | 30 | 8,84 | Я00009 |
| Сок фруктовый | 45 | 1,00 | | 24,40 | 0,40 | 200 | 10,80 | Я000389 |
| Плоды или ягоды свежие (Бананы) | 178 | 2,78 | 0,93 | 38,85 | 18,50 | 185 | 24,76 | ИН112/5 |
| Обед | 1 057 | 33,83 | 27,65 | 159,70 | 72,12 | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 142 | 3,23 | 3,40 | 20,95 | 2,97 | 300 | 7,63 | И000103 |
| Котлеты рубленные из курицы | 243 | 12,51 | 14,78 | 15,02 | 0,68 | 75/45 | 38,46 | И000294 |
| Капуста тушеная | 154 | 4,08 | 7,36 | 15,78 | 68,32 | 200 | 11,23 | И000139 |
| Компот из смеси сухофруктов | 133 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 0,15 | 200 | 3,46 | И000349 |
| Хлеб пшеничный | 168 | 5,43 | 0,57 | 35,14 | | 50 | 3,96 | ИН00108 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 217 | 7,92 | 1,44 | 40,80 | | 120 | 8,72 | ИН00110 |
| Соль | | | | | | 5 | 0,09 | 300 |
| Полдник | 387 | 6,05 | 5,44 | 74,19 | 1,99 | | | |
| Ватрушка с повидлом | 268 | 5,94 | 5,32 | 49,10 | 0,16 | 100 | 11,19 | И000410 |
| Кисель из яблок | 119 | 0,11 | 0,12 | 25,09 | 1,83 | 200 | 5,86 | И000352 |
| Ужин | 1 010 | 50,14 | 36,59 | 118,33 | 24,90 | | | |
| Запеканка из творога | 568 | 30,75 | 23,37 | 58,62 | 0,58 | 200/30 | 44,70 | Я000223 |
| Молоко кипяченое | 107 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 2,60 | 200 | 12,45 | И000385 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 79 | 7,20 | 3,80 | 3,80 | 7,30 | 100 | 17,40 | ИН00342 |
| Картофель отварной | 105 | 2,02 | 3,96 | 13,99 | 14,42 | 100/5 | 10,16 | И000125 |
| Хлеб пшеничный | 134 | 4,34 | 0,46 | 28,11 | | 40 | 3,08 | ИН00108 |
| Лавровый лист | | | | | | 1 | 0,67 | 0002 |
| Сода пищевая | 16 | 0,03 | | 4,20 | | 43 | 3,45 | Я00074 |
| Второй ужин | 100 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 1,40 | | | |
| Кефир | 100 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 1,40 | 200 | 14,45 | И000386 |

Итого за день:

3 193

112,42

91,59

479,04

119,33

2964

262,84

Составитель Зав.складом

Ковальчук Л.Ю.

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)