

Столовая
с7до11лет**МЕНЮ****01.09.2024 воскресенье**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	497	15,19	28,12	100,93	0,05		36,47
Без диеты							
Пудинг рисовый молочный	214	10,61	19,46	56,22	0,02	200	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
хлеб пшеничный высший сорт	87	1,89	0,36	14,82		30	
Итого по Без диеты:	497	15,19	28,12	100,93	0,05	485	36,47
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		52,32
Без диеты							
персик	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Итого по Без диеты:	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	52,32
Обед	938	26,55	36,14	121,01	17,78		127,15
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	100	
Борщ с капустой и картофелем	103	1,80	4,92	10,93	9,17	250	
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	312	15,00	24,24	7,16	0,29	100	
Рагу из овощей со сметанным соусом	109	2,13	5,00	13,77	2,60	130	
хлеб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
Компот из смеси сухофруктов	134	0,66	0,09	32,17	0,73	200	
Итого по Без диеты:	938	26,55	36,14	121,01	17,78	900	127,15
Полдник	364	5,28	8,94	64,98	1,59		40,33
Без диеты							
конфеты	245	1,20	5,40	47,40		60	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	364	5,28	8,94	64,98	1,59	260	40,33
Ужин	774	24,55	24,81	101,13	131,86		107,90
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Рыба припущенная(скупбрия)	217	14,00	17,67	0,47	0,19	95	
Пюре картофельное с маслом сливочным	179	3,07	4,80	20,44	18,16	156	
хлеб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	

Итого по Без диеты:	774	24,55	24,81	101,13	131,86	676	107,90
ЖИВ	100	5,80	5,00	8,20	1,40		15,06
ез диеты							
Кефир 2,5% жирности	100	5,80	5,00	8,20	1,40	200	
Итого по Без диеты:	100	5,80	5,00	8,20	1,40	206	15,06
Итого за день:	2 814	78,57	104,21	425,65	182,68		379,23

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

Столовая
с12до23 лет**МЕНЮ****01.09.2024 воскресенье**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	581	19,10	33,23	123,07	0,05		44,05
Без диеты							
Пудинг рисовый молочный	267	13,26	24,33	68,48	0,02	250	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
хлеб пшеничный высший сорт	118	3,15	0,60	24,70		50	
Итого по Без диеты:	581	19,10	33,23	123,07	0,05	555	44,05
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		52,30
Без диеты							
персик	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Итого по Без диеты:	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	52,30
Обед	1 239	32,71	43,43	172,24	21,58		146,74
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	100	
Борщ с капустой и картофелем	124	2,16	5,90	13,25	11,01	300	
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	312	15,00	24,24	7,16	0,29	100	
Рагу из овощей со сметанным соусом	217	4,25	10,00	27,53	5,20	260	
хлеб пшеничный высший сорт	236	6,30	1,20	49,40		100	
хлеб ржано - пшеничный	206	3,70	1,90	41,00	0,18	100	
Компот из смеси сухофруктов	132	0,60	0,09	32,00		200	
Итого по Без диеты:	1 239	32,71	43,43	172,24	21,58	1160	146,74
Полдник	364	5,28	8,94	64,98	1,59		35,97
Без диеты							
конфеты	245	1,20	5,40	47,40		60	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	364	5,28	8,94	64,98	1,59	260	35,97
Ужин	821	28,37	29,94	108,04	137,96		125,68
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Рыба припущенная(скумбрия)	260	16,80	21,20	0,56	0,23	120	
Пюре картофельное с маслом сливочным	183	4,09	6,40	27,26	24,22	206	
хлеб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	

Итого по Без диеты:	821	28,37	29,94	108,04	137,96	746	125,68
ЖИИ	100	5,80	5,00	8,20	1,40		15,09
Без диеты							
Кефир 2,5% жирности	100	5,80	5,00	8,20	1,40	200	
Итого по Без диеты:	100	5,80	5,00	8,20	1,40	208	15,09
Итого за день:	3 246	92,46	121,74	505,93	192,58		419,83

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)