

Столовая  
с7до11лет**МЕНЮ****09.12.2024 понедельник**

| Наименование                                   | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)     | Цена (РУБ)    |
|------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                                 | <b>1 089</b> | <b>39,10</b> | <b>63,90</b> | <b>54,26</b>  | <b>0,88</b>   |             | <b>95,82</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| горошек зеленый консервированный               | 50           | 3,00         | 0,50         | 0,50          |               | 100         |               |
| омлет смешанный с сосисками и сливочным маслом | 489          | 21,27        | 43,38        | 3,15          | 0,30          | 210         |               |
| Бутерброд с маслом                             | 136          | 2,62         | 8,28         | 14,89         |               | 40          |               |
| Сыр(порциями) "Российский"                     | 115          | 7,38         | 9,48         |               | 0,18          | 30          |               |
| хлеб пшеничный высший сорт                     | 87           | 1,89         | 0,36         | 14,82         |               | 30          |               |
| Кофейный напиток с молоком                     | 212          | 2,94         | 1,90         | 20,90         | 0,40          | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>1 089</b> | <b>39,10</b> | <b>63,90</b> | <b>54,26</b>  | <b>0,88</b>   | <b>610</b>  | <b>95,82</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>                          | <b>419</b>   | <b>4,21</b>  | <b>3,50</b>  | <b>90,78</b>  | <b>30,03</b>  |             | <b>44,62</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| пряники                                        | 218          | 2,94         | 2,28         | 46,38         |               | 60          |               |
| апельсины свежие                               | 141          | 1,20         | 1,20         | 29,40         | 30,00         | 300         |               |
| Чай с сахаром                                  | 60           | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 0,03          | 215         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>419</b>   | <b>4,21</b>  | <b>3,50</b>  | <b>90,78</b>  | <b>30,03</b>  | <b>575</b>  | <b>44,62</b>  |
| <b>Обед</b>                                    | <b>989</b>   | <b>37,27</b> | <b>36,59</b> | <b>123,11</b> | <b>39,33</b>  |             | <b>217,08</b> |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| овощи натуральные свежие(помидор)              | 22           | 0,54         | 0,27         | 4,38          | 13,42         | 100         |               |
| Суп картофельный с крупой                      | 125          | 5,10         | 6,31         | 9,47          | 3,30          | 250         |               |
| Жаркое по-домашнему из говядины                | 459          | 25,20        | 28,14        | 25,80         | 10,52         | 350         |               |
| 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          |               |
| Кисель из смеси сухофруктов                    | 115          | 0,17         | 0,08         | 28,38         | 12,00         | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>989</b>   | <b>37,27</b> | <b>36,59</b> | <b>123,11</b> | <b>39,33</b>  | <b>1020</b> | <b>217,08</b> |
| <b>Полдник</b>                                 | <b>419</b>   | <b>7,74</b>  | <b>18,78</b> | <b>58,98</b>  | <b>1,59</b>   |             | <b>23,39</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| вафли                                          | 300          | 3,66         | 15,24        | 41,40         |               | 60          |               |
| Какао с молоком                                | 119          | 4,08         | 3,54         | 17,58         | 1,59          | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>419</b>   | <b>7,74</b>  | <b>18,78</b> | <b>58,98</b>  | <b>1,59</b>   | <b>260</b>  | <b>23,39</b>  |
| <b>Ужин</b>                                    | <b>621</b>   | <b>21,01</b> | <b>10,73</b> | <b>101,53</b> | <b>129,51</b> |             | <b>83,78</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| овощи натуральные свежие(огурцы)               | 12           | 0,70         | 0,10         | 1,90          | 4,90          | 100         |               |
| Рыба, тушенная в томате с овощами(треска)      | 103          | 11,35        | 2,90         | 3,80          | 3,92          | 100         |               |

|                                  |              |               |               |               |               |            |               |
|----------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------|---------------|
| фель отварной с маслом<br>вочным | 150          | 2,02          | 5,66          | 19,99         | 20,60         | 157        |               |
| 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        |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>       | <b>621</b>   | <b>21,01</b>  | <b>10,73</b>  | <b>101,53</b> | <b>129,51</b> | <b>677</b> | <b>83,78</b>  |
| <b>2 Ужин</b>                    | <b>102</b>   | <b>5,80</b>   | <b>5,00</b>   | <b>8,40</b>   | <b>0,60</b>   |            | <b>20,80</b>  |
| <b>Без диеты</b>                 |              |               |               |               |               |            |               |
| Ряженка 2,5% жирности            | 102          | 5,80          | 5,00          | 8,40          | 0,60          | 200        |               |
|                                  |              |               |               |               |               |            |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>       | <b>102</b>   | <b>5,80</b>   | <b>5,00</b>   | <b>8,40</b>   | <b>0,60</b>   | <b>200</b> | <b>20,80</b>  |
| <b>Итого за день:</b>            | <b>3 639</b> | <b>115,13</b> | <b>138,50</b> | <b>437,06</b> | <b>201,94</b> |            | <b>485,49</b> |

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Столовая  
с12до23 лет**МЕНЮ****09.12.2024 понедельник**

| Наименование                                   | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)     | Цена (РУБ)    |
|------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                                 | <b>1 120</b> | <b>40,36</b> | <b>64,14</b> | <b>64,14</b>  | <b>0,88</b>   |             | <b>97,26</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| горошек зеленый консервированный               | 50           | 3,00         | 0,50         | 0,50          |               | 100         |               |
| омлет смешанный с сосисками и сливочным маслом | 489          | 21,27        | 43,38        | 3,15          | 0,30          | 210         |               |
| Бутерброд с маслом                             | 136          | 2,62         | 8,28         | 14,89         |               | 40          |               |
| Сыр(порциями) "Российский"                     | 115          | 7,38         | 9,48         |               | 0,18          | 30          |               |
| хлеб пшеничный высший сорт                     | 118          | 3,15         | 0,60         | 24,70         |               | 50          |               |
| Кофейный напиток с молоком                     | 212          | 2,94         | 1,90         | 20,90         | 0,40          | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>1 120</b> | <b>40,36</b> | <b>64,14</b> | <b>64,14</b>  | <b>0,88</b>   | <b>630</b>  | <b>97,26</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>                          | <b>419</b>   | <b>4,21</b>  | <b>3,50</b>  | <b>90,78</b>  | <b>30,03</b>  |             | <b>44,61</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| пряники                                        | 218          | 2,94         | 2,28         | 46,38         |               | 60          |               |
| апельсины свежие                               | 141          | 1,20         | 1,20         | 29,40         | 30,00         | 300         |               |
| Чай с сахаром                                  | 60           | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 0,03          | 215         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>419</b>   | <b>4,21</b>  | <b>3,50</b>  | <b>90,78</b>  | <b>30,03</b>  | <b>575</b>  | <b>44,61</b>  |
| <b>Обед</b>                                    | <b>1 188</b> | <b>42,02</b> | <b>38,71</b> | <b>159,34</b> | <b>40,10</b>  |             | <b>224,68</b> |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| овощи натуральные свежие(помидор)              | 22           | 0,54         | 0,27         | 4,38          | 13,42         | 100         |               |
| Суп картофельный с крупой                      | 150          | 6,11         | 7,12         | 10,38         | 3,98          | 300         |               |
| Жаркое по-домашнему из говядины                | 459          | 25,20        | 28,14        | 25,80         | 10,52         | 350         |               |
| 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         |               |
| Кисель из смеси сухофруктов                    | 115          | 0,17         | 0,08         | 28,38         | 12,00         | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>1 188</b> | <b>42,02</b> | <b>38,71</b> | <b>159,34</b> | <b>40,10</b>  | <b>1150</b> | <b>224,68</b> |
| <b>Полдник</b>                                 | <b>419</b>   | <b>7,74</b>  | <b>18,78</b> | <b>58,98</b>  | <b>1,59</b>   |             | <b>22,84</b>  |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| вафли                                          | 300          | 3,66         | 15,24        | 41,40         |               | 60          |               |
| Какао с молоком                                | 119          | 4,08         | 3,54         | 17,58         | 1,59          | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                     | <b>419</b>   | <b>7,74</b>  | <b>18,78</b> | <b>58,98</b>  | <b>1,59</b>   | <b>260</b>  | <b>22,84</b>  |
| <b>Ужин</b>                                    | <b>764</b>   | <b>34,16</b> | <b>13,73</b> | <b>116,03</b> | <b>140,83</b> |             | <b>114,80</b> |
| <b>Без диеты</b>                               |              |              |              |               |               |             |               |
| овощи натуральные свежие(огурцы)               | 12           | 0,70         | 0,10         | 1,90          | 4,90          | 100         |               |
| Рыба, тушенная в томате с овощами(треска)      | 206          | 22,70        | 5,80         | 7,60          | 7,84          | 200         |               |

|                                   |              |               |               |               |               |            |               |
|-----------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------|---------------|
| ффель отварной с маслом<br>вочным | 190          | 3,82          | 5,76          | 30,69         | 28,00         | 207        |               |
| леб 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        |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>        | <b>764</b>   | <b>34,16</b>  | <b>13,73</b>  | <b>116,03</b> | <b>140,83</b> | <b>827</b> | <b>114,80</b> |
| <b>2 Ужин</b>                     | <b>102</b>   | <b>5,80</b>   | <b>5,00</b>   | <b>8,40</b>   | <b>0,60</b>   |            | <b>20,82</b>  |
| <b>Без диеты</b>                  |              |               |               |               |               |            |               |
| Ряженка 2,5% жирности             | 102          | 5,80          | 5,00          | 8,40          | 0,60          | 200        |               |
|                                   |              |               |               |               |               |            |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>        | <b>102</b>   | <b>5,80</b>   | <b>5,00</b>   | <b>8,40</b>   | <b>0,60</b>   | <b>200</b> | <b>20,82</b>  |
| <b>Итого за день:</b>             | <b>4 012</b> | <b>134,29</b> | <b>143,86</b> | <b>497,67</b> | <b>214,03</b> |            | <b>525,01</b> |

Составитель медсестра

(должность)

*С.А. Андреева*  
(подпись) (ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)