

Столовая

с12до23 лет(весенне-летни

МЕНЮ**10.03.2025 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	847	22,65	42,61	70,13	0,66		40,72
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		100	
Омлет натуральный	290	13,94	24,83	2,64	0,26	116	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Кофейный напиток с молоком	212	2,94	1,90	20,90	0,40	200	
хлеб пшеничный высший сорт	118	3,15	0,60	24,70		50	
Итого по Без диеты:	847	22,65	42,61	70,13	0,66	506	40,72
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		52,50
Без диеты							
яблоки свежие	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Итого по Без диеты:	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	52,50
Обед	1 661	47,66	49,58	209,95	17,52		210,27
Без диеты							
Икра свекольная	278	3,56	0,15	34,31	8,51	150	
Суп картофельный с бобовыми	177	6,59	6,32	19,84	6,99	300	
Гуляш	442	21,28	33,58	5,78	1,84	200	
Каша рассыпчатая (пшенная)	190	5,63	6,34	27,62		100	
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:	1 661	47,66	49,58	209,95	17,52	1150	210,27
Полдник	420	12,28	7,34	74,88	1,59		11,59
Без диеты							
булочка йодированная	301	8,20	3,80	57,30		100	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	420	12,28	7,34	74,88	1,59	300	11,59
Ужин	762	34,18	13,72	115,75	138,92		162,22
Без диеты							
овощи натуральные соленые, свежие(помидор)	10	0,72	0,09	1,62	2,99	100	
Рыба, тушенная в томате с овощами(горбуша)	206	22,70	5,80	7,60	7,84	200	
Картофель отварной с маслом сливочным	190	3,82	5,76	30,69	28,00	207	
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:	762	34,18	13,72	115,75	138,92	827	162,22
2 Ужин	100	5,80	5,00	8,20	1,40		17,86
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	200	17,86
Итого за день:	3 931	123,77	119,45	508,31	190,09		495,16

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Столовая

с7до11лет(весенне-летний)

МЕНЮ**10.03.2025 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	816	21,39	42,37	60,25	0,66		39,23
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		100	
Омлет натуральный	290	13,94	24,83	2,64	0,26	116	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Кофейный напиток с молоком	212	2,94	1,90	20,90	0,40	200	
хлеб пшеничный высший сорт	87	1,89	0,36	14,82		30	
Итого по Без диеты:	816	21,39	42,37	60,25	0,66	486	39,23
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		52,50
Без диеты							
яблоки свежие	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Итого по Без диеты:	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	52,50
Обед	1 367	41,69	47,17	160,05	14,15		196,55
Без диеты							
Икра свекольная	185	2,37	0,10	22,87	5,67	100	
Суп картофельный с бобовыми	148	5,49	5,27	16,53	5,82	250	
Гуляш	442	21,28	33,58	5,78	1,84	200	
Каша рассыпчатая (пшенная)	190	5,63	6,34	27,62		100	
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:	1 367	41,69	47,17	160,05	14,15	970	196,55
Полдник	420	12,28	7,34	74,88	1,59		11,22
Без диеты							
булочка йодированная	301	8,20	3,80	57,30		100	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	420	12,28	7,34	74,88	1,59	300	11,22
Ужин	722	32,38	13,62	105,05	131,52		160,03
Без диеты							
овощи натуральные соленые, свежие(помидор)	10	0,72	0,09	1,62	2,99	100	
Рыба, тушенная в томате с овощами(горбуша)	206	22,70	5,80	7,60	7,84	200	
Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,02	5,66	19,99	20,60	157	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	

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	
Итого по Без диеты:	722	32,38	13,62	105,05	131,52	777	160,03
2 Ужин	100	5,80	5,00	8,20	1,40		17,83
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	200	17,83
Итого за день:	3 566	114,74	116,70	437,83	179,32		477,36

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)