

Столовая

с12до23 лет(летне-осенний

МЕНЮ

12.07.2024 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 170	28,70	56,67	112,58	0,40		97,34
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		100	
Сосиски отварные с маслом сливочным	298	10,09	28,27	0,45		110	
Каша рассыпчатая (гречневая)	315	9,90	10,62	44,64		100	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
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	
Итого по Без диеты:	1 170	28,70	56,67	112,58	0,40	680	97,34
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		57,00
Без диеты							
бананы 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	57,00
Обед	1 102	38,45	30,69	163,04	67,83		119,65
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Щи из свежей капусты с картофелем	107	2,12	5,94	9,48	18,93	300	
Рагу из цыпленка	416	25,62	21,30	30,40	23,30	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	
Итого по Без диеты:	1 102	38,45	30,69	163,04	67,83	1150	119,65
Полдник	278	3,01	2,30	61,38	0,03		8,60
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
пряники	218	2,94	2,28	46,38		60	
Итого по Без диеты:	278	3,01	2,30	61,38	0,03	275	8,60
Ужин	842	39,24	18,33	116,31	140,83		106,48
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	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	
яйцо вареное	78	5,08	4,60	0,28		40	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	

рожано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
леб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
Итого по Без диеты:	842	39,24	18,33	116,31	140,83	867	106,48
2 Ужин	136	10,00	6,40	7,00			55,01
Без диеты							
биойогурт фруктовый 2,5%жирности	136	10,00	6,40	7,00		200	
Итого по Без диеты:	136	10,00	6,40	7,00		208	55,01
Итого за день:	3 669	120,60	115,59	489,71	239,09		444,08

Составитель медсестра

(должность)

Туп
(подпись)

О.М. Бурдасова
(ФИО)

Столовая

с7до11(летне-осенний)

МЕНЮ**12.07.2024 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 087	25,84	54,76	95,43	0,40		94,23
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		100	
Сосиски отварные с маслом сливочным	298	10,09	28,27	0,45		110	
Каша рассыпчатая (гречневая)	263	8,30	8,95	37,37		150	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
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	
Итого по Без диеты:	1 087	25,84	54,76	95,43	0,40	630	94,23
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		57,00
Без диеты							
бананы 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	57,00
Обед	896	34,36	28,39	126,14	64,58		114,10
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Щи из свежей капусты с картофелем	75	1,77	4,95	7,90	15,77	250	
Рагу из цыпленка	416	25,62	21,30	30,40	23,30	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	
Итого по Без диеты:	896	34,36	28,39	126,14	64,58	1020	114,10
Полдник	278	3,01	2,30	61,38	0,03		8,57
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
пряники	218	2,94	2,28	46,38		60	
Итого по Без диеты:	278	3,01	2,30	61,38	0,03	275	8,57
Ужин	802	37,44	18,23	105,61	133,43		102,85
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	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	
яйцо вареное	78	5,08	4,60	0,28		40	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	

ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
леб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
Итого по Без диеты:	802	37,44	18,23	105,61	133,43	817	102,85
2 Ужин	136	10,00	6,40	7,00			54,97
Без диеты							
биойогурт фруктовый 2,5%жирности	136	10,00	6,40	7,00		200	
Итого по Без диеты:	136	10,00	6,40	7,00		206	54,97
Итого за день:	3 340	111,85	111,28	424,96	228,44		431,72

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)