

Столовая

с12до23 лет(летне-осенний

МЕНЮ**14.07.2024 воскресенье**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	960	23,09	24,51	123,32	2,13		63,95
Без диеты							
Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	379	7,00	4,25	62,83	1,55	260	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Сыр(порциями) "Российский"	115	7,38	9,48		0,18	30	
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:	960	23,09	24,51	123,32	2,13	580	63,95
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		45,00
Без диеты							
апельсины 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	45,00
Обед	1 376	43,19	38,03	204,32	91,13		134,34
Без диеты							
Капуста тушеная	163	4,61	8,06	17,98	25,65	250	
Борщ с капустой и картофелем	124	2,16	5,90	13,25	11,01	300	
Печень, тушенная в соусе	247	19,20	13,50	6,68	54,29	100	
макаронные изделия отварные с маслом	268	6,62	7,38	44,01		180	
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:	1 376	43,19	38,03	204,32	91,13	1280	134,34
Полдник	326	7,12	6,98	58,81	0,58		12,71
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
Оладьи(с джемом)	266	7,05	6,96	43,81	0,55	140	
Итого по Без диеты:	326	7,12	6,98	58,81	0,58	355	12,71
Ужин	811	28,53	29,77	105,56	129,44		115,75
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	100	
Рыба припущенная(скупбрия)	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	

ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
Итого по Без диеты:	811	28,53	29,77	105,56	129,44	746	115,75
2 Ужин	100	5,80	5,00	8,20	1,40		14,77
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	14,77
Итого за день:	3 714	108,93	105,49	529,61	254,68		386,52

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

Столовая

с7до11(летне-осенний)

МЕНЮ**14.07.2024 воскресенье**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	853	20,43	23,42	100,87	1,82		46,03
Без диеты							
Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	303	5,60	3,40	50,26	1,24	208	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Сыр(порциями) "Российский"	115	7,38	9,48		0,18	30	
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:	853	20,43	23,42	100,87	1,82	508	46,03
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		45,00
Без диеты							
апельсины 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	45,00
Обед	992	29,83	26,82	150,10	61,57		84,63
Без диеты							
Капуста тушеная	98	2,77	4,84	10,79	15,39	150	
Борщ с капустой и картофелем	103	1,80	4,92	10,93	9,17	250	
Печень, тушенная в соусе	165	12,82	9,03	4,45	36,19	150	
макаронные* изделия отварные с маслом	224	5,52	6,15	36,68		150	
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:	992	29,83	26,82	150,10	61,57	970	84,63
Полдник	326	7,12	6,98	58,81	0,58		12,53
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
Оладьи(с джемом)	266	7,05	6,96	43,81	0,55	140	
Итого по Без диеты:	326	7,12	6,98	58,81	0,58	355	12,53
Ужин	738	21,90	21,35	102,20	135,37		76,89
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	29	0,69	0,34	5,54	16,97	100	
Рыба припущенная(скупмбрия)	174	11,20	14,14	0,38	0,15	85	
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	

аржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
к фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
Итого по Без диеты:	738	21,90	21,35	102,20	135,37	666	76,89
2 Ужин	100	5,80	5,00	8,20	1,40		14,74
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	206	14,74
Итого за день:	3 150	86,28	84,77	449,58	230,74		279,82

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)