

Столовая
с 7 до 11 лет**МЕНЮ****18.11.2024 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 130	36,10	70,40	60,76	0,88		91,50
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		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	
Кофейный напиток с молоком	212	2,94	1,90	20,90	0,40	200	
Сыр(порциями) "Российский"	115	7,38	9,48		0,18	30	
хлеб пшеничный высший сорт	87	1,89	0,36	14,82		30	
Итого по Без диеты:	1 130	36,10	70,40	60,76	0,88	610	91,50
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		27,00
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	27,00
Обед	997	29,56	40,03	122,16	22,93		127,98
Без диеты							
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	312	15,00	24,24	7,16	0,29	100	
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	100	
Суп картофельный с бобовыми	148	5,49	5,27	16,53	5,82	250	
Рагу из овощей с кашей	170	2,71	8,78	19,20	11,10	105	
хлеб пшеничный высший сорт	118	3,15	0,60	24,70		50	
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:	997	29,56	40,03	122,16	22,93	855	127,98
Полдник	420	12,28	7,34	74,88	1,59		11,15
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	11,15
Ужин	734	32,20	13,80	107,81	141,95		119,66
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,02	5,66	19,99	20,60	157	
Рыба, тушенная в томате с овощами(горбуша)	206	22,70	5,80	7,60	7,84	200	

420 12,28 7,34 74,88 1,59

11,15

фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
леб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
Итого по Без диеты:	734	32,20	13,80	107,81	141,95	777	119,66
2 Ужин	100	5,80	5,00	8,20	1,40		14,59
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	14,59
Итого за день:	3 522	117,14	137,77	403,21	198,75		391,88

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

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	14,59

Столовая
с12до23 лет**МЕНЮ****18.11.2024 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 207	37,36	74,14	74,14	0,88		98,92
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	137		10,50	10,50		150	
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	
Кофейный напиток с молоком	212	2,94	1,90	20,90	0,40	200	
Сыр(порциями) "Российский"	115	7,38	9,48		0,18	30	
хлеб пшеничный высший сорт	118	3,15	0,60	24,70		50	
Итого по Без диеты:	1 207	37,36	74,14	74,14	0,88	680	98,92
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		27,00
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	27,00
Обед	1 170	35,68	42,80	151,67	35,53		135,50
Без диеты							
Рагу из овощей с кашей	170	2,71	8,78	19,20	11,10	105	
овощи натуральные свежие(огурцы)	29	0,69	0,34	5,54	16,97	100	
Суп картофельный с бобовыми	177	6,59	6,32	19,84	6,99	300	
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	312	15,00	24,24	7,16	0,29	100	
хлеб пшеничный высший сорт	144	6,39	1,13	26,93		80	
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:	1 170	35,68	42,80	151,67	35,53	985	135,50
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	774	34,00	13,90	118,51	149,35		122,74
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	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	

420 12,28 7,34 74,88 1,59

11,22

пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
ок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
Итого по Без диеты:	774	34,00	13,90	118,51	149,35	827	122,74
2 Ужин	100	5,80	5,00	8,20	1,40		15,15
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	15,15
Итого за день:	3 812	126,32	144,38	456,80	218,75		410,53

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Итого по Без диеты: 100 5,80 5,00 8,20 1,40 200 15,15

(подпись)

(ФИО)