

Столовая

с7до11(летне-осенний)

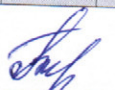
МЕНЮ**19.07.2024 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 018	26,38	48,03	92,81	13,82		96,49
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	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:	1 018	26,38	48,03	92,81	13,82	630	96,49
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	781	24,07	22,99	118,40	65,13		72,90
Без диеты							
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	
Капуста тушеная	115	3,06	5,52	11,84	25,62	150	
Щи из свежей капусты с картофелем	75	1,77	4,95	7,90	15,77	250	
Рагу из цыпленка	208	12,81	10,65	15,20	11,65	175	
Итого по Без диеты:	781	24,07	22,99	118,40	65,13	895	72,90
Полдник	302	8,42	3,22	59,85	0,03		5,84
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
Булочка школьная	242	8,35	3,20	44,85		100	
Итого по Без диеты:	302	8,42	3,22	59,85	0,03	315	5,84
Ужин	741	32,35	13,87	108,97	145,50		43,75
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	29	0,69	0,34	5,54	16,97	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	
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:	741	32,35	13,87	108,97	145,50	777	43,75
2 Ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60		0,11
Без диеты							
Ряженка 2,5% жирности	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	
Итого по Без диеты:	102	5,80	5,00	8,40	0,60	206	0,11
Итого за день:	3 085	98,22	94,31	417,83	255,08		264,09

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

13,75

0,11

0,11

4,05

Столовая

с12до23 лет(летне-осенний

МЕНЮ

19.07.2024 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	961	24,84	45,22	90,12	13,82		93,45
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Сосиски отварные с маслом сливочным	298	10,09	28,27	0,45		110	
Каша рассыпчатая (гречневая)	175	5,50	5,90	24,80		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:	961	24,84	45,22	90,12	13,82	600	93,45
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	1 243	42,52	38,48	176,64	80,06		123,95
Без диеты							
Капуста тушеная	163	4,61	8,06	17,98	25,65	250	
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	
Кисель из смеси сухофруктов	115	0,17	0,08	28,38	12,00	200	
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	
Итого по Без диеты:	1 243	42,52	38,48	176,64	80,06	1300	123,95
Толдник	302	8,42	3,22	59,85	0,03		9,51
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
Булочка школьная	242	8,35	3,20	44,85		100	
Итого по Без диеты:	302	8,42	3,22	59,85	0,03	315	9,51
Ужин	781	34,15	13,97	119,67	152,90		55,12
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	29	0,69	0,34	5,54	16,97	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:	781	34,15	13,97	119,67	152,90	827	55,12
2 Ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60		2,18
Без диеты							
Ряженка 2,5% жирности	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	
Итого по Без диеты:	102	5,80	5,00	8,40	0,60	208	2,18
Итого за день:	3 530	116,93	107,09	484,08	277,41		329,21

Составитель медсестра

(должность)

Защ

(подпись)

В.М.Иванов

(ФИО)