

Столовая

с12до23 лет(летне-осенний

МЕНЮ**22.07.2024 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 120	40,36	64,14	64,14	0,88		93,37
Без диеты							
горошек зеленый консервированный	50	3,00	0,50	0,50		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	
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:	1 120	40,36	64,14	64,14	0,88	630	93,37
Второй завтрак	444	6,37	7,40	86,76	30,03		58,10
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
печенье	243	5,10	6,18	42,36		60	
апельсины свежие	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Итого по Без диеты:	444	6,37	7,40	86,76	30,03	575	58,10
Обед	1 188	42,02	38,71	159,34	40,10		209,34
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Суп картофельный с крупой	150	6,11	7,12	10,38	3,98	300	
Жаркое по-домашнему из говядины	459	25,20	28,14	25,80	10,52	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:	1 188	42,02	38,71	159,34	40,10	1150	209,34
Полдник	419	7,74	18,78	58,98	1,59		26,39
Без диеты							
вафли	300	3,66	15,24	41,40		60	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	419	7,74	18,78	58,98	1,59	260	26,39
Ужин	764	34,16	13,73	116,03	140,83		120,53
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	100	
Рыба, тушенная в томате с овощами(треска)	206	22,70	5,80	7,60	7,84	200	

гофель отварной с маслом ивочным	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:	764	34,16	13,73	116,03	140,83	827	120,53
2 Ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60		20,87
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	20,87
Итого за день:	3715	136,45	147,76	493,65	214,03		528,60

Составитель медсестра

(должность)


(подпись)


(ФИО)

20,53

20,87

20,87

28,60

Столовая
с7до11(летне-осенний)

МЕНЮ

22.07.2024 понедельник

Наименование	Энерг.цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	1 089	39,10	63,90	54,26	0,88		91,97
Без диеты							
горошек зеленый консервированный	50	3,00	0,50	0,50		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	
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:	1 089	39,10	63,90	54,26	0,88	610	91,97
Второй завтрак	444	6,37	7,40	86,76	30,03		58,07
Без диеты							
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
печенье	243	5,10	6,18	42,36		60	
апельсины свежие	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Итого по Без диеты:	444	6,37	7,40	86,76	30,03	575	58,07
Обед	989	37,27	36,59	123,11	39,33		201,51
Без диеты							
овощи натуральные свежие(помидор)	22	0,54	0,27	4,38	13,42	100	
Суп картофельный с крупой	125	5,10	6,31	9,47	3,30	250	
Жаркое по-домашнему из говядины	459	25,20	28,14	25,80	10,52	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:	989	37,27	36,59	123,11	39,33	1020	201,51
Полдник	419	7,74	18,78	58,98	1,59		25,69
Без диеты							
вафли	300	3,66	15,24	41,40		60	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	419	7,74	18,78	58,98	1,59	260	25,69
Ужин	621	21,01	10,73	101,53	129,51		78,43
Без диеты							
овощи натуральные свежие(огурцы)	12	0,70	0,10	1,90	4,90	100	
Рыба, тушенная в томате с овощами(треска)	103	11,35	2,90	3,80	3,92	100	

ель отварной с маслом чным	150	2,02	5,66	19,99	20,60	157	
о пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
леб 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:	621	21,01	10,73	101,53	129,51	677	78,43
2 Ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60		20,83
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	20,83
Итого за день:	3 206	117,29	142,40	433,04	201,94		476,50

Составитель медсестра

(должность)

Иванов
(подпись)

О.М. Иванова
(ФИО)

78,43

20,83

20,83

476,50