

Директор

Середняк В.Ю.

оловая
7до11(летне-осенний)

МЕНЮ
29.07.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
автрак	1 130	36,10	70,40	60,76	0,88		86,08
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	86,08
Второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		24,00
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	24,00
Обед	997	29,56	40,03	122,16	22,93		119,87
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	86,08
хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	24,00
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	119,87
Полдник	420	12,28	7,34	74,88	1,59		13,80
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	13,80
Ужин	734	32,20	13,80	107,81	141,95		109,56
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	

фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
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	
Итого по Без диеты:	734	32,20	13,80	107,81	141,95	777	109,56
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:	3 522	117,14	137,77	403,21	198,75		368,05

Составитель медсестра

(должность)

Л. В. Терещук
(подпись)

Л. В. Терещук
(ФИО)

Директор

Середняк В.Ю.

головая
12 до 23 лет (летне-осенний

МЕНЮ
29.07.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
автрак	1 207	37,36	74,14	74,14	0,88		93,60
ез 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	93,60
второй завтрак	141	1,20	1,20	29,40	30,00		24,00
ез 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	24,00
Обед	1 170	35,68	42,80	151,67	35,53		127,69
ез 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	93,60
Хлеб ржано - пшеничный	206	3,70	1,90	41,00	0,18	100	24,00
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	127,69
Полдник	420	12,28	7,34	74,88	1,59		14,49
ез 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	14,49
Ужин	774	34,00	13,90	118,51	149,35		113,11
ез 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	127,69

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:	774	34,00	13,90	118,51	149,35	827	113,11
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:	3 812	126,32	144,38	456,80	218,75		387,66

Составитель медсестра

(должность)

Иванов
(подпись)

О.М. Терещук
(ФИО)

113,11

14,77

187,66