

Столовая  
с12до23 лет**МЕНЮ****31.12.2024 вторник**

| Наименование                                     | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)     | Цена (РУБ)    |
|--------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                                   | <b>728</b>   | <b>21,75</b> | <b>30,97</b> | <b>116,93</b> | <b>101,80</b> |             | <b>65,04</b>  |
| <b>Без диеты</b>                                 |              |              |              |               |               |             |               |
| Каша жидкая молочная (пшенная)с маслом сливочным | 271          | 7,92         | 12,33        | 56,58         | 1,62          | 260         |               |
| Бутерброд с маслом                               | 136          | 2,62         | 8,28         | 14,89         |               | 40          |               |
| Сыр(порциями) "Российский"                       | 115          | 7,38         | 9,48         |               | 0,18          | 30          |               |
| хлеб пшеничный высший сорт                       | 118          | 3,15         | 0,60         | 24,70         |               | 50          |               |
| Напиток из плодов шиповника                      | 88           | 0,68         | 0,28         | 20,76         | 100,00        | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                       | <b>728</b>   | <b>21,75</b> | <b>30,97</b> | <b>116,93</b> | <b>101,80</b> | <b>580</b>  | <b>65,04</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>                            | <b>141</b>   | <b>1,20</b>  | <b>1,20</b>  | <b>29,40</b>  | <b>30,00</b>  |             | <b>95,04</b>  |
| <b>Без диеты</b>                                 |              |              |              |               |               |             |               |
| КИВИ                                             |              |              |              |               |               | 300         |               |
| виноград                                         | 141          | 1,20         | 1,20         | 29,40         | 30,00         | 300         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                       | <b>141</b>   | <b>1,20</b>  | <b>1,20</b>  | <b>29,40</b>  | <b>30,00</b>  | <b>600</b>  | <b>95,04</b>  |
| <b>Обед</b>                                      | <b>1 435</b> | <b>49,74</b> | <b>37,40</b> | <b>219,17</b> | <b>60,50</b>  |             | <b>138,73</b> |
| <b>Без диеты</b>                                 |              |              |              |               |               |             |               |
| 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         |               |
| Плов из птицы                                    | 591          | 32,80        | 20,26        | 69,16         | 11,66         | 400         |               |
| 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         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                       | <b>1 435</b> | <b>49,74</b> | <b>37,40</b> | <b>219,17</b> | <b>60,50</b>  | <b>1350</b> | <b>138,73</b> |
| <b>Полдник</b>                                   | <b>397</b>   | <b>11,88</b> | <b>9,66</b>  | <b>65,38</b>  | <b>1,59</b>   |             | <b>21,47</b>  |
| <b>Без диеты</b>                                 |              |              |              |               |               |             |               |
| Булочка "Веснушка"                               | 278          | 7,80         | 6,12         | 47,80         |               | 100         |               |
| Какао с молоком                                  | 119          | 4,08         | 3,54         | 17,58         | 1,59          | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                       | <b>397</b>   | <b>11,88</b> | <b>9,66</b>  | <b>65,38</b>  | <b>1,59</b>   | <b>300</b>  | <b>21,47</b>  |
| <b>Ужин</b>                                      | <b>1 033</b> | <b>39,19</b> | <b>24,33</b> | <b>162,67</b> | <b>107,36</b> |             | <b>154,08</b> |
| <b>Без диеты</b>                                 |              |              |              |               |               |             |               |
| Икра морковная                                   | 137          | 3,02         | 0,15         | 30,83         | 6,33          | 150         |               |
| Запеканка из творога с молоком сгущенным         | 540          | 29,23        | 22,11        | 56,00         | 0,94          | 280         |               |
| хлеб ржано - пшеничный                           | 103          | 1,85         | 0,95         | 20,50         | 0,09          | 50          |               |
| хлеб пшеничный высший сорт                       | 165          | 4,41         | 0,84         | 34,58         |               | 70          |               |
| сок фруктовый                                    | 88           | 0,68         | 0,28         | 20,76         | 100,00        | 200         |               |

|                       |       |        |        |        |        |     |        |
|-----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|-----|--------|
| Итого по Без диеты:   | 1 033 | 39,19  | 24,33  | 162,67 | 107,36 | 750 | 154,08 |
| кин                   | 102   | 5,80   | 5,00   | 8,40   | 0,60   |     | 20,77  |
| 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   | 200 | 20,77  |
| Итого за день:        | 3 836 | 129,56 | 108,56 | 601,95 | 301,85 |     | 495,13 |

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Столовая  
с7до11лет**МЕНЮ****31.12.2024 вторник**

| Наименование                              | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)     | Цена (РУБ)    |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                            | <b>690</b>   | <b>18,91</b> | <b>28,26</b> | <b>95,73</b>  | <b>101,48</b> |             | <b>60,77</b>  |
| <b>Без диеты</b>                          |              |              |              |               |               |             |               |
| Каша молочная (пшенная)с маслом сливочным | 264          | 6,34         | 9,86         | 45,26         | 1,30          | 208         |               |
| Бутерброд с маслом                        | 136          | 2,62         | 8,28         | 14,89         |               | 40          |               |
| Сыр(порциями) "Российский"                | 115          | 7,38         | 9,48         |               | 0,18          | 30          |               |
| хлеб пшеничный высший сорт                | 87           | 1,89         | 0,36         | 14,82         |               | 30          |               |
| Напиток из плодов шиповника               | 88           | 0,68         | 0,28         | 20,76         | 100,00        | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                | <b>690</b>   | <b>18,91</b> | <b>28,26</b> | <b>95,73</b>  | <b>101,48</b> | <b>508</b>  | <b>60,77</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>                     | <b>141</b>   | <b>1,20</b>  | <b>1,20</b>  | <b>29,40</b>  | <b>30,00</b>  |             | <b>94,80</b>  |
| <b>Без диеты</b>                          |              |              |              |               |               |             |               |
| КИВИ                                      |              |              |              |               |               | 300         |               |
| виноград                                  | 141          | 1,20         | 1,20         | 29,40         | 30,00         | 300         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                | <b>141</b>   | <b>1,20</b>  | <b>1,20</b>  | <b>29,40</b>  | <b>30,00</b>  | <b>600</b>  | <b>94,80</b>  |
| <b>Обед</b>                               | <b>1 055</b> | <b>36,30</b> | <b>32,88</b> | <b>149,79</b> | <b>37,91</b>  |             | <b>110,05</b> |
| <b>Без диеты</b>                          |              |              |              |               |               |             |               |
| 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         |               |
| Плов из птицы                             | 471          | 25,30        | 21,25        | 44,61         | 1,26          | 300         |               |
| 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         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                | <b>1 055</b> | <b>36,30</b> | <b>32,88</b> | <b>149,79</b> | <b>37,91</b>  | <b>1020</b> | <b>110,05</b> |
| <b>Полдник</b>                            | <b>397</b>   | <b>11,88</b> | <b>9,66</b>  | <b>65,38</b>  | <b>1,59</b>   |             | <b>20,98</b>  |
| <b>Без диеты</b>                          |              |              |              |               |               |             |               |
| Булочка "Веснушка"                        | 278          | 7,80         | 6,12         | 47,80         |               | 100         |               |
| Какао с молоком                           | 119          | 4,08         | 3,54         | 17,58         | 1,59          | 200         |               |
| <b>Итого по Без диеты:</b>                | <b>397</b>   | <b>11,88</b> | <b>9,66</b>  | <b>65,38</b>  | <b>1,59</b>   | <b>300</b>  | <b>20,98</b>  |
| <b>Ужин</b>                               | <b>898</b>   | <b>31,88</b> | <b>18,80</b> | <b>148,67</b> | <b>107,13</b> |             | <b>125,18</b> |
| <b>Без диеты</b>                          |              |              |              |               |               |             |               |
| Икра морковная                            | 137          | 3,02         | 0,15         | 30,83         | 6,33          | 150         |               |
| Запеканка из творога с молоком сгущенным  | 405          | 21,92        | 16,58        | 42,00         | 0,71          | 210         |               |
| 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:   | 898   | 31,88  | 18,80 | 148,67 | 107,13 | 680 | 125,18 |
| Итого по диете:       | 102   | 5,80   | 5,00  | 8,40   | 0,60   |     | 20,73  |
| 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   | 200 | 20,73  |
| Итого за день:        | 3 283 | 105,97 | 95,80 | 497,37 | 278,71 |     | 432,51 |

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)