

Меню для уч-ся 7 - 12 лет

Школа _____ Отд./корп _____ Дата 20.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с сыром	50		154.83	7.68	8.13	12.75
	гор. Блюдо		Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	160		172.71	4.84	5.64	25.65
	напиток		Чай с молоком	200		75.25	1.70	1.65	13.40
Полдник					74,50 руб				
	сладкое		Оладьи из моркови и яблока	90		178.61	4.31	2.45	34.41
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		46.01	0.27	0.05	11.12
Обед					40,26 руб				
	1 блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	200		131.32	5.63	5.24	15.42
	2 блюдо		Филе куриное тушенное в томатном соусе	100		158.59	14.29	10.69	1.55
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150		245.91	8.73	5.9	39.46
	напиток		Чай с сахаром	200		60	0.07	0.02	15.5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59.38	1.73	0.24	12.61
						90,50 руб			



Семин

Школа

Буфетного типа

Огд./корп

Дата

23.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с маслом шоколадным	40		165	2,08	10,6	15,28
	гор. Блюдо		Плов из птицы	240		242	8,6	6,5	37
	напиток		Чай с молоком	200		114,43	3,97	3,8	16,09
					74,50 руб				
Полдник			Бутерброд с сыром	50		154,83	7,68	8,13	12,75
	яйцо		Яйцо вареное	48		75,41	6,10	5,52	0,34
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200		46,01	0,27	0,05	11,12
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200		71,32	1,47	2,27	11,26
	2 блюдо		Печень по-строгановски	100		182,79	13,94	10,23	9,74
	гарнир		Макаронны отварные	150		205,27	5,65	4,29	36,02
	напиток		Чай с сахаром	200		3,9	0,28	0,03	0,29
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59,38	1,73	0,24	12,61
					90,50 руб				



30.0

Школа

Буфетного типа

Отд./корп

Дата

24.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Бутерброд с сыром	50		154.83	7.68	8.13	12.75
	гор. Блюдо		Запеканка из творога Нежная	150		368.19	22.57	19.26	26.15
	напиток		Какао на молоке	200		114.43	3.97	3.8	16.09
					74,5 руб				
Полдник	сладкое		Песочник	50		234.00	3.10	9.30	34.00
	кисломол		Молоко витаминизированное	200		120.00	6.00	6.40	9.40
					40,26 руб				
Обед	1 блюдо		Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	200		109.97	2.71	5.74	11.86
	2 блюдо		Тефтели из говядины	100		249.2	13.57	15.32	14.26
	гарнир		Пюре картофельное	150		157.28	3.31	6.32	22.04
	напиток		Напиток Витошка	200		47.62	0.26	0.03	11.11
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		59.38	1.73	0.24	12.61
					90,5 руб				

