

## Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>15 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
22-47	Омлет натуральный	50	4.84	5.8	0.9	75.19
29-13	Хлопья кукурузные с молоком	200	5.98	5.6	34.33	188.82
3-90	Чай с сахаром, лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
8-00	Батон	40	2.0	0.4	11.9	58.7
33-00	Груша	100	0.4	0.3	10	47
<b>114-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>18.67</b>	<b>22.8</b>	<b>64.67</b>	<b>545.0</b>
	<b>Обед</b>					
16-39	Салат из карт. кукур. ог. сол.	60	1.0	6.27	5.3	81.27
44-73	Щи зеленые с курицей, сметаной (200/15/10)	200/25	4.47	11.82	8.84	161.07
76-38	Плов с говядиной	240	23.64	14.08	41.06	385.87
9-00	Напиток из шиповника	200	1.58	0,22	18.71	89.33
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
27-00	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
<b>176-50</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>895</b>	<b>34.83</b>	<b>33.59</b>	<b>113.18</b>	<b>910.5</b>
	<b>Полдник</b>					
65-00	Круассан с джемом	75	13.38	22.34	30.59	367.94
20-00	Сок фруктовый	200	1.0	0.2	20.2	92.0
34-50	Груша	100	0.4	0.3	10	47.0
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>375</b>	<b>14.78</b>	<b>22.84</b>	<b>61.09</b>	<b>506.94</b>
	<i>Директор столовой Чиботарикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					



*Сотласовкина*  
*М. В. Манарка*

## Меню для детей 12-18лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>15 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
30-80	Омлет натуральный	70	7.0	8.4	1.4	105.0
36-00	Хлопья кукурузные с молоком	250	5.98	5.6	34.33	188.82
3-90	Чай с сахаром, лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
8-00	Батон	30	2.0	0.4	11.9	58.7
25-80	Груша	100	0.4	0.3	10	47
<b>122-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>675</b>	<b>19.2</b>	<b>26.41</b>	<b>69.02</b>	<b>568.01</b>
	<b>Обед</b>					
28-00	Салат из карт.кукур.ог.сол.	100	2.0	10.0	9.0	135.0
55-00	Щи зеленые с курицей, сметаной (200/15/10)	250/35	5.0	15.0	10.0	202.5
86-50	Плов с говядиной	260	26.0	15.6	44.2	418.6
9-00	Напиток из шиповника	200	1.58	0,22	18.71	89.33
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
30-50	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
<b>212-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>1015</b>	<b>39.86</b>	<b>42.02</b>	<b>121.19</b>	<b>1038.43</b>
	<b>Полдник</b>					
65-00	Круассан с джемом	75	13.38	22.34	30.59	367.94
20-00	Сок фруктовый	200	1.0	0.2	20.2	92.0
34-50	Груша	100	0.4	0.3	10	47.0
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>375</b>	<b>14.78</b>	<b>22.84</b>	<b>61.09</b>	<b>506.94</b>
Директор столовой <i>Чибтарикэ</i> Калькулятор <i>Бобкина Э.Ю.</i>						

*Сотмасованко*  
*С. В. Шамаева*





## Меню для детей 12-18лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
<b>16 апреля 2024 г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
62-45	Соус болоньезе	100	14.25	10.45	2.85	162.45
9-60	Макароны отварные	200	8.0	0.69	50	238.0
12-90	Какао на молоке	200	3.87	3.1	16.19	109.45
22-05	Яблоко	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	30	2	0,4	11,9	58,7
<b>122-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640</b>	<b>28.6</b>	<b>22.19</b>	<b>91.37</b>	<b>681.7</b>
<b>Обед</b>						
44-34	Салат из св.огурцов	100	1.0	8	3	92.0
46-00	Рассольник «Ленинградский»(перлов) с гов	250/10	5.0	10	17.5	170
57-45	Бефстроганов из куриного филе	100	16.0	16.0	6.0	227.0
13-50	Рис припущенный	200	10.0	6.0	42.0	245.0
15-10	Морс из брусники	200	0.14	0,1	12.62	53.09
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
32-61	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47
<b>212-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>1030</b>	<b>37.42</b>	<b>41.2</b>	<b>120.9</b>	<b>980.09</b>
<b>Полдник</b>						
46-50	Булочка сдобная с творогом	75	7.66	11.22	32.29	261.29
42-00	Снежок	200	5.4	5	21.6	158.0
31-00	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>375</b>	<b>14.56</b>	<b>16.72</b>	<b>74.89</b>	<b>515.29</b>
<i>Директор столовой Чиботарика</i>						
<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>						

Сотласована  
*С.В. Манаска*




### Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
<b>17 апреля 2024 г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7
11-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
39-55	Каша молочная из рисовой крупы	210	5.74	6.53	45.44	264.14
4-95	Чай ягодный (смородина)	200	0,25	0.06	11.52	48.63
33-00	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	40	2	0,4	11,9	58,7
<b>114-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>18.36</b>	<b>23.57</b>	<b>87.09</b>	<b>637.27</b>
<b>Обед</b>						
25-87	Салат с ветчиной и болг.перцем	60	0.67	4.09	2.28	49.64
32-16	Суп овощной с кур.сметаной (200/15/10)	200/25	3.42	8.25	8.84	123.94
70-69	Поджарка из говядины	90	20.07	11.46	4.2	200.94
19-27	Картофель запеченный по деревенски	150	4.5	3.9	36.68	200.22
8-60	Компот из кураги	200	0.78	0,05	18.63	78.69
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99
16-91	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
<b>176-50</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>895</b>	<b>34.72</b>	<b>28.95</b>	<b>109.91</b>	<b>846.43</b>
<b>Полдник</b>						
75-00	Пицца «Школьная»	80	9.49	12.99	22.26	237.9
3-80	Чай с сахаром ,лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
40-70	Киви	100	0.08	0.4	8.1	47
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>380</b>	<b>10.55</b>	<b>13.42</b>	<b>41.62</b>	<b>332.69</b>
Директор столовой Чибатэрикэ Калькулятор Бобкина Э.Ю.						

Согласовано  
  


## Меню для детей 12-18 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>17 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7
11-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
47-55	Каша молочная из рисовой крупы	260	7.8	7.8	57.2	264.14
4-95	Чай ягодный (смородина)	200	0,25	0.06	11.52	48.63
33-00	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	30	2	0,4	11,9	58,7
<b>122-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>715</b>	<b>19.11</b>	<b>24.81</b>	<b>91.33</b>	<b>664.53</b>
	<b>Обед</b>					
25-87	Салат с ветчиной и сл.перцем	60	0.67	4.09	2.26	49.64
40-25	Суп овощной с кур. сметаной (200/15/10)	250/25	5.0	10.0	10.0	155.0
93-95	Поджарка из говядины	120	26.4	15.6	6.0	267.6
25-60	Картофель запеченный по деревенски	200	6.0	6.0	48.0	266.0
8-60	Компот из кураги	200	0.78	0,05	18.63	78.69
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99
14-73	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
<b>212-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>1025</b>	<b>44.13</b>	<b>36.94</b>	<b>124.17</b>	<b>1009.93</b>
	<b>Полдник</b>					
75-00	Пицца «Школьная»	80	9.49	12.99	22.26	237.9
3-80	Чай с сахаром ,лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
40-70	Киви	100	0.08	0.4	8.1	47
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>380</b>	<b>10.55</b>	<b>13.42</b>	<b>41.62</b>	<b>332.69</b>
	<div style="text-align: center;">                       Директор столовой Чиботарикова                      Калькулятор Бобкина Э.Ю.                 </div>					

  
 С. В. Маслова

## Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>18 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
76-58	Вареники с творогом отварные с соусом сметанным сладким 180/20	200	22.0	10.0	46.0	360.0
6-70	Чай с молоком	200	1.82	1.42	13.74	75.65
15-72	Яблоко	100	0,4	0.4	9.8	47.0
8-00	Батон	40	0.2	0.4	11.9	58.7
<b>114-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>24.5</b>	<b>19.47</b>	<b>81.57</b>	<b>607.45</b>
	<b>Обед</b>					
33-23	Винегрет с кальмаром	60	4.62	3.57	4.5	69.03
38-34	Суп картоф.с бобовыми(фасолью).говядиной 200/10	200/10	4.41	8.0	17.4	155.47
73-80	Рагу из овощей с курицей	240	22.18	19.4	20.53	289.6
5-20	Напиток витаминный (200/11)	200	0.49	0,16	21.67	93.99
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
22-93	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47
<b>176-50</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>880</b>	<b>36.98</b>	<b>32.20</b>	<b>103.88</b>	<b>859.11</b>
	<b>Полдник</b>					
36-08	Блинчик с джемом	100	6.61	7.17	44.16	267.92
42-00	Варенец	200	6.4	5	8	102.0
41-42	Виноград	100	0.6	0.6	15.4	72
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>13.61</b>	<b>12.77</b>	<b>67.56</b>	<b>441.92</b>
	<i>Директор столовой Чиботэрикс</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					


*Согласовано*  
  


## Меню для детей 12-18 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>18 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
76-58	Вареники с творогом отварные с соусом сметанным сладким 180/20	200	24.0	11.0	50.6	396.0
6-70	Чай с молоком	200	1.82	1.42	13.74	75.65
23-72	Яблоко	100	0,4	4.9	27.72	171.5
8-00	Батон	40	4.17	0,4	11,9	58,7
<b>122-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>30.47</b>	<b>24.97</b>	<b>104.09</b>	<b>767.95</b>
	<b>Обед</b>					
44-00	Винегрет с кальмаром	80	6.4	4.8	8.0	92.0
50-07	Суп картоф.с бобовыми(фасолью).говядиной 200/10	250/10	5.2	10.4	20.8	192.4
80-08	Рагу из овощей с курицей	260	24.18	21.4	23.4	377.0
5-20	Напиток витаминный (200/11)	200	0.49	0,16	21.67	93.99
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
29-65	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47
<b>202-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>970</b>	<b>41.55</b>	<b>37.86</b>	<b>113.85</b>	<b>948.49</b>
	<b>Полдник</b>					
36-08	Блинчик с джемом	100	6.61	7.17	44.16	267.92
42-00	Варенец	200	6.4	5	8	102.0
41-42	Виноград	100	0.6	0.6	15.4	72
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>13.61</b>	<b>12.77</b>	<b>67.56</b>	<b>441.92</b>
	<i>Директор столовой Чиботэрикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					

Сотласовано

*М.В. Шамалева*







## Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>19 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
75-85	Плов с отварной курицей (90/150)	240	26.68	17.56	40.69	423.06
9-00	Чай с шиповником (200/11)	200	0.3	0.06	12.5	53.93
13-85	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
4-80	Батон	40	2	0,4	11,9	58,7
<b>114-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>595</b>	<b>34.02</b>	<b>22.75</b>	<b>82.81</b>	<b>672.59</b>
	<b>Обед</b>					
44-31	Салат из св.пом.и огурцов	60	0.76	3.12	2.73	42.71
31-78	Суп карт.с мясными фрикадельками	200/20	3.05	7.49	17.44	149.76
40-14	Котлета рыбная из лосося с маслом	90/5	15.19	16.84	18.6	286.96
15-32	Картофельное пюре	150	2.99	5.27	16.39	129.8
6-95	Компот из сухофруктов	200	0.37	0,02	21.01	86.9
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
35-00	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
<b>176-50</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>895</b>	<b>27.64</b>	<b>33.94</b>	<b>115.45</b>	<b>889.04</b>
	<b>Полдник</b>					
54-50	Пирожок с мясом ,рисом	75	9.78	7.63	25.18	208.34
20-00	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	92.0
45-00	Апельсин	150	1.35	0.3	12.15	64.5
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>425</b>	<b>12.13</b>	<b>8.13</b>	<b>57.53</b>	<b>364.84</b>
	<p style="text-align: center;"><i>Директор столовой Чиботарикэ</i>  <i>Калькулятор Бобжиа Э.Ю.</i></p>					

*Соттасовано*

*В.В. Шамарка*

## Меню для детей 12-18 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>19 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
83-85	Плов с отварной курицей (90/150)	260	28.6	18.2	44.2	457.6
9-00	Чай с шиповником (200/11)	200	0.3	0.06	12.5	53.93
13-85	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
4-80	Батон	40	2	0,4	11,9	58,7
<b>122-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>34.78</b>	<b>23.39</b>	<b>82.81</b>	<b>672.59</b>
	<b>Обед</b>					
59-41	Салат из св.пом.и огур	80	0.8	4.0	4.0	56.8
40-00	Суп карт.с мясными фрикадельками	250/20	5.0	10.0	22.5	187.5
47-24	Котлета рыбная из лосося с маслом	100/5	17.0	19.0	21.0	319.0
20-40	Картофельное пюре	200	4.0	8.0	22.0	174.0
6-95	Компот из сухофруктов	200	0.37	0,02	21.01	86.9
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
55-00	Яблоко	110	0.4	0.4	9.8	47
<b>212-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>1035</b>	<b>32.45</b>	<b>42.22</b>	<b>129.79</b>	<b>1017.2</b>
	<b>Полдник</b>					
54-50	Пирожок с мясом ,рисом	75	9.78	7.63	25.18	208.34
20-00	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	92.0
45-00	Апельсин	150	1.35	0.3	12.15	64.5
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>425</b>	<b>12.13</b>	<b>8.13</b>	<b>57.53</b>	<b>364.84</b>
	<div style="text-align: center;">  <p>Директор столовой Чиботэрикэ Калькулятор Бобкина Э.Ю.</p> </div>					
	<div style="text-align: center;">  <p style="text-align: right;">Соттасованэ Э. В. Мангела</p> </div>					