

Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	9 сентября 2024 г.					
	Завтрак					
10-50	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.48	4.43	0	54.6
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
12-47	Омлет натуральный	50	4.84	5.8	0.9	75.19
39-43	Кукурузные хлопья с молоком	200	6.45	4.59	22.76	160.02
3-60	Чай с сахаром, лимоном	200	0,26	0,03	11.26	47.79
33-00	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94.0
114-00	Итого за Завтрак	615	18.67	22.8	64.67	544.7
	Обед					
28-73	Салат из св.огурцов ,помидоров	60	0.76	3.1	2.73	42.7
44-19	Суп «Крестьянский» с гов, сметаной	200/10/10	3.9	9.2	12.03	141.95
53-16	Куриное филе в сырном соусе	90	16.14	13.43	0.72	186.71
5-42	Макароны отварные	150	5.83	0.69	37.27	179.14
9-00	Напиток из шиповника	200	0.54	0,22	18.71	89.33
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
33-00	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
176-50	Итого за Обед	890	32.45	27.86	110.84	832.84
	Полдник					
65-00	Пицца с сыром	75	10.31	9.15	24.19	221.96
20-00	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	92.0
34-50	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96
119-50	Итого за Полдник	375	12.81	9.85	65.39	409.96
	Директор столовой <i>Чиботэрикс</i> Калькулятор <i>Бобкина Э.Ю.</i>					

Составлено
и.о. директора

Ю.И.



Ю.И.

Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
10 сентября 2024 г.						
Завтрак						
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
27-57	Биточки из курицы	90	14.3	6.86	9.58	154.72
26-55	Пагу овощное	150	3.07	8.42	17.94	160.95
17-20	Какао на молоке	200	3.87	3.1	16.19	109.45
35-00	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94.0
114-00	Итого за Завтрак	590	26.43	72.96	65.91	632.22
Обед						
10-00	Салат из морской капусты, моркови, яйцом	60	1.26	7.3	3.79	86.2
31-78	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	3.05	7.49	17.44	149.67
99-36	Жаркое по домашнему (говяд)	240	25.2	16.2	29.11	363.39
15-10	Морс из брусники	200	0.14	0,1	12.62	53.09
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
17-26	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
176-50	Итого за Обед	890	34.93	32.16	102.74	845.4
Полдник						
35-00	Булочка с творогом	75	7.66	11.22	32.29	261.29
45-00	Снежок	200	5.4	5.0	21.6	158.0
39-50	Апельсин	150	1.35	0.3	12.15	64.5
119-50	Итого за Полдник	425	14.41	16.52	66.04	483.79
Директор столовой Чиботэрикэ						
Калькулятор Бобкина Э.Ю.						

Согласовано
и.о. директора

Ю.И.



Ю.И.

Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	11 сентября 2024 г.					
	Завтрак					
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
37-70	Каша молочная из смеси круп с маслом сливочным	200/5/5	6.11	6.89	38.84	242.54
6-80	Чай ягодный	200	0,25	0,06	11.62	48.53
33-00	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94.0
114-00	Итого за Завтрак	645	18.56	23.93	80.49	615.67
	Обед					
37-13	Салат картофельный с кальмаром	60	3.7	3.47	5.87	69.81
38-34	Суп карт.с бобовыми,с курицей	200/15	6.6	7.98	15.42	160.09
51-65	Котлеты «Домашние» из мяса гов.свин.с соусом смет-томатным	90 /30	15.9	14.91	13.99	254.41
6-26	Каша гречневая рассыпчатая	150	6.96	4.72	31.46	195.84
8-60	Компот из кураги	200	0.78	0,05	18.63	78.69
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
31-52	Яблоко	100	0.4	0.4	10	47.0
176-50	Итого за Обед	925	39-20	32.33	124.65	9511.84
	Полдник					
75-00	Пицца «Школьная»	80	9.49	12.99	22.26	237.9
3-60	Чай с сахаром ,лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
40-90	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
119-50	Итого за Полдник	380	10.15	13.42	43.32	332.69
	Директор столовой Чиботэрикэ Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

Составлено
и.о. директора

Ю.Ф.



Ю.Л.

«Утверждаю»

Директор столовой № 19
Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	12 сентября 2024 г.					
	Завтрак					
79-05	Сырники из творога со сг.молоком	150/30	26.8	14.48	28.16	355.27
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
6-70	Чай с молоком	200	1.82	1.42	13.74	75.65
10-00	Булочка с изюмом	50	4.77	2.78	30.39	165.15
11-25	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
114-00	Итого за Завтрак	4540	33.87	26.33	82.22	709.17
	Обед					
35-69	Салат из св.пом.и перца сладкого	60	0.7	3.8	1.92	49.6
32-76	Суп карт.рыбными фрикадельками(кижуч)	200/20	6.14	6.76	14.74	144.69
66-85	Плов с отварной птицей (90/150)	240	23.98	16.36	40.69	402.06
5-20	Напиток витаминный	200	0.49	0,16	21.67	78.69
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
33-00	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47
176-50	Итого за Обед	890	36.56	28.47	119.16	883.38
	Полдник					
42-50	Блинчики с джемом	100	6.61	7.17	44.16	267.92
42-00	Варенец	200	6.4	5.0	8.0	102.0
35-00	Киви	100	0.8	0.4	8.1	47.0
119-50	Итого за Полдник	400	13.81	12.57	60.26	416.92
	<p>Директор столовой Чиботэрикс Калькулятор Бобкина Э.Ю.</p>					



*Составлено
 и.о. директора*

Ю.И.



Ю.И.

«Утверждаю»

Директор столовой № 19

Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	13 сентября 2024 г.					
	Завтрак					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
56-89	Котлета из мяса говядины и печени с соусом сметано-томатным	90/30	12.94	10.50	13.35	200.69
6-26	Каша гречневая рассыпчатая	150	6.96	4.72	31.47	195.84
2-85	Чай с шиповником 200/11	200	0.3	0.06	12.5	53.93
8-00	Батон	40	3.16	0.4	19.32	94.0
33-00	Груша	100	0.4	0.3	10	47
114-00	Итого за Завтрак	620	23.84	23.23	87.06	657.56
	Обед					
39-50	Салат из цв.кап.помид.зелени	60	1.0	5.08	2.2	59.53
35-27	Суп картоф.с макар.говяд	200/10	4.3	8.83	16.78	159.22
43-46	Рыба запечен.в смет.соусе	90	16.26	7.05	6.13	153.71
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
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
33-00	Яблоко	150	0.4	0.4	9.8	47.0
176-50	Итого за Обед	930	30.51	26.89	107.43	796.39
	Полдник					
55-50	Пирожок печеный с мясом	75	9.78	7.63	25.18	208.34
30-00	Сок фруктовый	200	1.0	0.2	20.2	92.0
34-00	Груша	100	0.4	0.3	10	47.0
119-50	Итого за Полдник	375	11.18	8.13	55.38	347.34
	Директор столовой Чиботэрикэ					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

Согласовано
и.о. директора

Ю.И.



Ю.И.