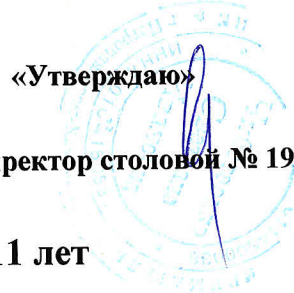




«Согласовано»

Директор школы № 35

[Signature]



«Утверждаю»

Директор столовой № 19

Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	13 ноября 2024 г. 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	Рагу 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
	<i>Директор столовой Чиботэрикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					



«Согласовано»

Директор школы № 35

«Утверждаю»

Директор столовой № 19

Меню для детей 12 -18 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	13 ноября 2023 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
27-23	Рагу овощное	190	3.8	10.64	22.8	203.87
17-20	Какао на молоке	200	3.87	3.1	16.19	109.45
35-00	Яблоко	100	1.2	1.2	28.0	47.0
8-00	Батон	40	2	0,4	11,9	58,7
122-00	Итого за Завтрак	630	25.25	29.45	88.6	732.84
	Обед					
17-00	Салат из морской капусты ,моркови, яйцом	100	2.1	12.2	6.3	90.0
44-54	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/20	3.8	9.25	21.75	187.0
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
33-00	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47
212-00	Итого за Обед	980	36.52	38.65	109.56	886.48
	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
	<i>Директор столовой Чиботэрикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					



S. M. F.

«Утверждаю»

Директор столовой № 19

Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	14 ноября 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
	<i>Директор столовой Чиботэрикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					





«Согласовано»

Директор школы № 35

[Handwritten signature]

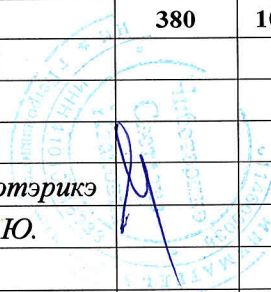
«Утверждаю»

Директор столовой № 19



Меню для детей 12-18 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	14 ноября 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
45-70	Каша молочная из смеси круп с маслом сливочным	250/10/10	7.5	7.5	47.5	302.5
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
122-00	Итого за Завтрак	705	19.97	24.51	89.15	674.63
	Обед					
55-58	Салат картофельный с кальмаром	100	6.0	6.0	10.0	116.0
47-50	Суп карт.с бобовыми,с курицей	250/20	7.5	10.0	15.42	200.0
57-40	Котлеты «Домашние» из мяса гов.свин.с соусом смет-томатным	100 /30	15.9	14.91	13.99	254.41
8-40	Каша гречневая рассыпчатая	200	10.0	6.0	42.0	262.0
8-60	Компот из кураги	200	0.78	0,05	18.63	78.69
2-00	Хлеб ржаной	70	4.9	0,7	28.0	138.6
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
31-52	Яблоко	100	0.4	0.4	10	47.0
212-00	Итого за Обед	1080	47.06	38.26	147.7	1143.7
	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
	<i>Директор столовой Чиботэрикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					





«Согласовано»

Директор школы № 35

[Handwritten signature]

«Утверждаю»

Директор столовой № 19

Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	15 ноября 2024 г.					
	Завтрак					
79-05	Сырники из творога со сг.молоком	100/30	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	490	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
	<i>Директор столовой Чиботэрикс</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					

