

«Согласовано»

Директор школы № 35

«Утверждаю»

Директор столовой № 19

Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	25 ноября 2024 г.					
	Завтрак					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
37-90	Биточки из курицы	90	14.3	6.86	9.58	54.6154.72
25-25	Рагу овощное	150	3.07	6.42	17.94	160.95
2-85	Чай с шиповником (200/11)	200	0.3	0.06	12.5	53.93
33-00	Яблоко	100	0,4	0,3	10.0	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94
114-00	Итого за Завтрак	590	21.31	23.39	69.27	576.7
	Обед					
31-73	Салат из св.помидор.и огурцом	60	0.76	3.12	2.73	42.71
32-04	Суп с макаронами,с говядиной	200/10	4.3	8.83	16.78	159.22
79-00	Пельмени рыбные лососевые (240/5)	245	19.19	22.45	59.22	516.19
9-10	Компот из черной смородины	200	0.2	0,08	12.44	52.69
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,76	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47
21-63	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
176-50	Итого за Обед	885	29.76	35.58	131.25	963.81
	Полдник					
44-69	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
42-00	Йогурт питьевой	200	8.2	3	11.8	114.0
32-81	Киви	100	0.8	0.4	8.	47.0
119-50	Итого за Полдник	375	21.89	12.83	32.20	349.27
	<i>Директор столовой Чиботэрикэ</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					



Директор школы № 35



Директор столовой № 19

Меню для детей 12-18 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
25 ноября 2024 г.						
Завтрак						
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
37-90	Биточки из курицы	90	14.3	6.86	9.58	54.6154.72
33-60	Рагу овощное	200	3.07	6.42	17.94	160.95
2-85	Чай с шиповником (200/11)	200	0.3	0.06	12.5	53.93
33-00	Яблоко	140	0,4	0,3	10.0	47.0
8-00	Батон	30	3.16	0,4	19.32	94
122-35	Итого за Завтрак	620	21.31	23.39	69.27	576.7
Обед						
41-16	Салат из св.помидор.и огурцом	100	1.2	4.68	4.14	64.08
41-31	Суп с макаронами,с говядиной	250/10	5.5	11.0	21.0	199.0
93-80	Пельмени рыбные лососевые (240/5)	260	19.19	22.45	59.52	516.19
9-10	Компот из черной смородины	200	0.2	0,08	12.44	52.69
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,76	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.6	47.0
23-63	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
212-00	Итого за Обед	980	30.49	39.21	131.2	996.36
Полдник						
44-69	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
42-00	Йогурт питьевой	200	5.8	5	8.2	106.0
32-81	Киви	100	0.8	0.4	8	47.0
119-50	Итого за Полдник	375	21.89	12.83	32.20	349.27
Директор столовой Чиботэрикэ						
Калькулятор Бобкина Э.Ю.						

