

«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.
8 ноября 2024 г.						
Завтрак						
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
68-90/8-50	Запеканка из творога с соусом ягодным	130/30	23.75	13.88	30.83	301.47
6-70	Чай с молоком (200/11)	200	1.82	1.42	13.74	75.65
11-40	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	50	4.52	4.93	27.89	173.9
114-00	Итого за Завтрак	545	33.97	24.96	82.76	700.48
Обед						
26-64	Салат из цв.капусты помидоров и зелени	60	4.04	5.08	2.2	59.53
35-39	Рассольник «Ленинградский» с говяд	200/10	3.86	7.78	13.73	135.89
37-45	Печень гов.по строгановски	90	18.12	12.11	5.94	225.54
15-32	Картофельное пюре	150	2.99	5.27	16.39	129.8
20-00	Сок фруктовый	200	1	0,2	20.2	92.0
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
38-70	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
176-50	Итого за Обед	910	35.29	31.64	97.74	835.61
Полдник						
60-00	Пирожок с мясом ,рисом	75	9.78	7.63	25.18	208.34
3-90	Чай с сахаром ,лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
55-60	Киви	160	0.8	0.4	8.1	47.0
119-50	Итого за Полдник	435	10.84	8.06	44.54	303.13
<p>Директор столовой Чиботэрикэ</p> <p>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</p>						

«Согласовано»

Директор школы № 35



«Утверждаю»

Директор столовой № 19



Меню для детей 12-18лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
8 ноября 2024 г.						
Завтрак						
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
79-50/8-50	Запеканка из творога с соусом ягодным	150/30	25.6	14.4	33.6	369.6
6-70	Чай с молоком (200/11)	200	1.82	1.42	13.74	75.65
8-80	Груша	100	0,4	0,3	10.3	47.0
8-00	Батон	50	4.52	4.93	27.89	173.9
122-00	Итого за Завтрак	555	35.82	25.48	85.53	720.75
Обед						
33-01	Салат «Весна»	80	1.4	5.6	2.8	69.3
45-00	Рассольник «Ленинградский» с говяд	250/10	5	10	17.5	170
51-29	Печень по строгановски	120	24.12	16.2	7.92	300.72
21-00	Картофельное пюре	200	4	7	21.8	173.0
20-00	Сок фруктовый	200	1	0,2	20.2	92.0
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
38-70	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
212-00	Итого за Обед	1020	40.8	40.2	109.5	998.02
Полдник						
60-00	Пирожок с мясом ,рисом	75	9.78	7.63	25.18	208.34
3-90	Чай с сахаром ,лимоном	200	0.26	0.03	11.26	47.79
55-60	Киви	160	0.8	0.4	8.1	47.0
119-50	Итого за Полдник	435	10.84	8.06	44.54	303.13
<p>Директор столовой Чиботэрикэ Калькулятор Бобкина Э.Ю.</p>						

