



Меню дня 24.01.22

День: 1 день  
 Возрастная категория: Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
367 (1)	Гуляш (1-й вариант)	80	13,71	7,03	1,17	127,75	82,74 Р
291	Макаронные изделия отварные	150	5,66	0,68	29,04	144,90	
106	Овощи натуральные (помидоры)	30	0,33	0,06	1,14	7,20	
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>23,30</b>	<b>8,29</b>	<b>66,22</b>	<b>439,05</b>	

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
367 (1)	Гуляш (1-й вариант)	90	15,42	7,91	2,64	143,72	96,58 Р
291	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	
106	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	14,40	
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>26,47</b>	<b>9,36</b>	<b>74,63</b>	<b>491,2</b>	

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
<b>ОБЕД</b>							
406	Плов из отварной птицы	200	15,24	15,14	36,10	341,90	118,41 Р
139	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,68	5,17	7,07	83,30	
115	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
507	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96,00	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>790,00</b>	<b>24,24</b>	<b>26,65</b>	<b>103,93</b>	<b>756,20</b>	

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
<b>ОБЕД</b>							
406	Плов из отварной птицы	250	19,05	18,93	45,12	427,37	135,47 Р
139	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,68	5,17	7,07	83,30	
115	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
507	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96,00	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>880</b>	<b>28,81</b>	<b>34,00</b>	<b>116,03</b>	<b>889,27</b>	

Возрастная категория: Дополнительная плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
139	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,68	5,17	7,07	83,30	45,00 Р
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	
139	Булочка "Домашняя"	75	4,28	3,92	18,54	126,53	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>295</b>	<b>7,74</b>	<b>9,29</b>	<b>41,05</b>	<b>315,35</b>	

Возрастная категория: Дополнительная плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	15,00 Р
139	Булочка "Домашняя"	75	4,28	3,92	18,54	126,53	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>275</b>	<b>4,48</b>	<b>3,92</b>	<b>33,56</b>	<b>185,29</b>	

*Зав. шк. Ф.И.*