Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	6 мая 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**
	Директор столовой Чиботэрикэ					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

Согласовано
Л.В. Шаладова

Меню для детей 12-18лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	6 мая 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
19-25	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
122-00	**Итого за Завтрак**	**540**	**33.87**	**26.33**	**82.22**	**709.17**
	Обед					
52-80	Салат из св.пом.и перца сладкого	100	1.0	6.0	3.0	83.0
30-00	Суп карт.рыбными фрикадельками(кижуч)	250/20	7.1	7.2	15.2	182.0
72-54	Плов с отварной птицей (100/170)	260	27.0	18.9	45.9	453.6
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
48-46	Груша	150	0.6	0.5	15.4	70.5
212-00	**Итого за Обед**	**1050**	**41.07**	**33.56**	**130.65**	**1013.79**
	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**
	Директор столовой Чиботэрикэ					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

Согласовано

Л.В. Шалдаева

Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	7 мая 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.					

Индивидуальный предприниматель Чиботэрикэ Светлана Ивановна ОГРНИП 309410117600038 ИНН 410116101831 г. Петропавловск-Камчатский

Согласовано

Л.В. Шаладова

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 38» Петропавловск-Камчатского городского округа

Меню для детей 12-18лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	7 мая 2024 г.					
	Завтрак					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
62-65	Котлета из мяса говядины и печени с соусом сметано-томатным	100/30	12.94	10.50	13.35	200.69
8-50	Каша гречневая рассыпчатая	200	6.96	4.72	31.46	261.2
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
122-00	**Итого за Завтрак**	**680**	**23.84**	**23.23**	**87.06**	**722.92**
	Обед					
55-72	Салат из цв.кап.помид.зелени	90	1.5	7.6	2.2	89.3
42-05	Суп картоф.с макар.говяд	250/20	5.3	11.05	20.97	199.02
50-88	Рыба запечен.в смет.соусе	100	16.26	7.05	6.13	153.71
20-40	Картофельное пюре	200	3.1	6.1	19.8	170.8
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	47.0
33-00	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
212-00	**Итого за Обед**	**1080**	**30.93**	**32.95**	**103.71**	**892.73**
	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	150	0.4	0.3	10	47.0
119-50	**Итого за Полдник**	**425**	**11.18**	**8.13**	**55.38**	**347.34**
	Директор столовой Чиботэрикэ					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

Согласовано

Л.В. Шалабова

Меню для детей 7-11лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	8 мая 2024 г.					
	Завтрак					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
11-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
38-60	Каша вязкая молочная из рисовой крупы (200/5/5)	210	5.74	6.53	45.44	264.14
3-90	Чай с сахаром, лимоном (200/11)	200	0.26	0.03	11.26	47.79
35-00	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**	**615**	**18.20**	**23.64**	**86.23**	**636.43**
	Обед					
20-86	Винегрет с квашеной капустой	60	1	5.11	4.94	69.95
25-49	Борщ с курицей ,сметаной (200/15/10)	200/25	3.57	10.19	10.31	147.93
76-93	Бифштекс рубленый с соусом сметано-томатным 90/30	90/30	17.88	17.15	3.19	238.86
7-22	Макароны отварные	150	5.83	0.69	37.37	179.14
10-00	Компот из вишни	200	0.16	0,04	13.1	54.29
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.92	99.0
33-00	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
176-50	**Итого за Обед**	**925**	**33.72**	**34.28**	**108.69**	**883.17**
	Полдник					
33-69	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
42-00	Ацидофилин	200	5.8	5	8.2	106.0
43-81	Виноград	100	0.6	0.6	15.4	72.0
119-50	**Итого за Полдник**	**375**	**19.29**	**15.03**	**35.9**	**366.27**
	Директор столовой Чиботэрикэ					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

Индивидуальный предприниматель Чиботэрикэ Светлана Ивановна ОГРНИП 309410114600036 ИНН 410104169831 г. Петропавловск-Камчатский

Согласовано

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Елизовского муниципального района «Средняя школа № 38» г. Петропавловск-Камчатского Елизовского муниципального района

Л.В. Шалдаева

Меню для детей 12-18лет

Цена	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал.
	8 мая 2024 г.					
	Завтрак					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
11-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
46-60	Каша вязкая молочная из рисовой крупы (250/5/5)	260	7.02	8.06	56.16	327.08
3-90	Чай с сахаром, лимоном (200/11)	200	0.26	0.03	11.26	47.79
35-00	Яблоко	100	0,4	0,3	10.0	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94
122-00	**Итого за Завтрак**	**665**	**19.12**	**25.07**	**97.15**	**699.37**
	Обед					
36-34	Винегрет с квашеной капустой	100	1.7	8.5	8.2	116.6
31-08	Борщ с курицей ,сметаной (250/15/10)	250/25	4.4	12.38	12.65	180.6
84-78	Бифштекс рубленый с соусом сметано-томатным 100/30	100 /30	19.37	18.59	3.51	258.83
9-60	Макароны отварные	200	7.8	1	49.8	238.8
10-00	Компот из вишни	200	0.16	0,04	13.1	54.29
7-20	Хлеб ржаной	60	4	0,7	23,8	117,4
33-00	Груша	100	0.4	0.3	10.3	95.0
212-00	**Итого за Обед**	**1065**	**37.83**	**41.51**	**121.36**	**1061.52**
	Полдник					
33-69	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
42-00	Ацидофилин	200	5.8	5	8.2	106.0
43-81	Виноград	100	0.6	0.6	15.4	72.0
119-50	**Итого за Полдник**	**375**	**19.29**	**15.03**	**35.9**	**366.27**

Директор столовой Чиботэрикэ

Калькулятор Бобкина Э.Ю.

Чиботэрикэ Светлана Ивановна

Согласовано

Л.В. Шаладова