

Основное организационное двухдневное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений Марининско -Посадского муниципального округа														
СБ	МЕНЮ НА 1 день 16.09.24							МЕНЮ НА 2 день 17.09.24						
	Возрастная категория : 7-11 лет							Возрастная категория : 12 лет и старше						
Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			ккал		
			белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>														
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	18,00	220/5	5,29	7,57	34,62	229,59	20,00	250/5	5,99	8,57	39,24	260,2	
96*	Масло сливочное	8,00	15	0,12	10,8	0,19	99,15	6,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	
378**	Чай с молоком	6,00	200	3,12	2,51	24,69	146,3	6,00	200	3,12	2,51	24,69	146,3	
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>500,00</b>	<b>13,33</b>	<b>21,48</b>	<b>89,30</b>	<b>613,64</b>	<b>36,00</b>	<b>525,00</b>	<b>13,99</b>	<b>18,93</b>	<b>93,86</b>	<b>611,20</b>	
<b>ОБЕД</b>														
ТТК	Салат из свежей капусты	4,00	60	0,48	0,06	1,68	9	8,50	100	0,8	0,1	2,8	15	
149*	Суп крестьянский с крупой на курином б	17,50	200	4,28	5,71	10,71	90,04	22,00	250	5,35	7,13	13,38	112,55	
508*	Гречка отварная рассыпчатая	11,00	180	6,4	5,22	23,94	168,6	11,00	180	6,4	5,22	23,94	168,6	
388*	Котлета куриная	32,00	100	7,05	4,2	8,05	84,06	32,00	100	7,05	4,2	8,05	84,06	
639*	Компот из сухофруктов	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266	
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	
	<b>ИТОГО</b>	<b>73,00</b>	<b>800,00</b>	<b>27,05</b>	<b>26,31</b>	<b>124,95</b>	<b>691,20</b>	<b>82,00</b>	<b>890,00</b>	<b>28,44</b>	<b>27,77</b>	<b>128,74</b>	<b>719,71</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>109,00</b>	<b>1300,00</b>	<b>40,38</b>	<b>47,79</b>	<b>214,25</b>	<b>1304,84</b>	<b>118,00</b>	<b>1415,00</b>	<b>42,43</b>	<b>46,70</b>	<b>222,60</b>	<b>1330,91</b>	
<b>МЕНЮ НА 2 день 17.09.24</b>														
<b>Наименование блюда</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
160*	Суп молочный с макаронными изделиям	14,00	250	7,45	13,04	31,7	274,79	14,00	250	7,45	13,04	31,7	274,79	
693*	Какао с молоком	10,00	200	3,79	3,2	25,81	143	10,00	200	3,79	3,2	25,81	143	
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	
97*	Сыр порциями	8,00	15	6,75	5,97	0,3	90	8,00	15	6,75	5,97*	0,3	90	
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>525,00</b>	<b>22,79</b>	<b>22,81</b>	<b>87,61</b>	<b>646,39</b>	<b>36,00</b>	<b>525,00</b>	<b>22,79</b>	<b>22,81</b>	<b>87,61</b>	<b>646,39</b>	
<b>ОБЕД</b>														
78*	Помидор в нарезке	23,50	60	0,48	0,12	3,12	12	26,00	100	0,8	0,2	5,2	20	
124*	Щи из свежей капусты на курином бульо	10,50	200/5	1,9	6,17	8,11	99,7	12,50	250/5	2,36	7,67	10,08	124,01	
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	33,50	135/90	19,3	20,8	45,8	445	38,00	175/100	23,5	25,4	56	543	
685*	Чай с сахаром	2,00	200	0,2	0	19,8	77	2,00	200	0,2	0	19,8	77	
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	
	<b>ИТОГО</b>	<b>73,00</b>	<b>750,00</b>	<b>47,01</b>	<b>50,17</b>	<b>93,63</b>	<b>707,20</b>	<b>82,00</b>	<b>890,00</b>	<b>29,20</b>	<b>33,54</b>	<b>107,88</b>	<b>837,51</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>109,00</b>	<b>1275,00</b>	<b>69,80</b>	<b>72,98</b>	<b>181,24</b>	<b>1353,59</b>	<b>118,00</b>	<b>1415,00</b>	<b>51,99</b>	<b>56,35</b>	<b>195,49</b>	<b>1483,90</b>	



	МЕНЮ НА 3 день	18.09.2024	Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
	Наименование блюда		Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал
302*	ЗАВТРАК Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным		16,50	250/5	10,24	19,42	56,74	424,3	16,50	250/5	10,24	19,42	56,74	424,3
692*	Кофейный напиток		7,50	200	0,54	0,1	8,58	33	7,50	200	0,54	0,1	8,58	33
ПР	Хлеб пшеничный		4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
97*	Сыр порциями		8,00	15	6,75	5,97	0,5	90	8,00	15	6,75	5,97	0,5	90
	<b>ИТОГО</b>		<b>36,00</b>	<b>530,00</b>	<b>22,33</b>	<b>26,09</b>	<b>95,62</b>	<b>685,90</b>	<b>36,00</b>	<b>530,00</b>	<b>22,33</b>	<b>26,09</b>	<b>95,62</b>	<b>685,90</b>
	<b>ОБЕД</b>													
39*	Салат Витаминный(огурцы, помидоры, морковь,яблс		10,50	60	0,78	4,44	4,68	60,6	18,50	100	1,3	7,4	7,8	101
140*	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне		7,00	200	1,81	5,03	13,57	109,28	16,00	250	2,26	6,3	16,9	136,6
302*	Каша пшеничная вязкая		6,00	150	8,38	6,1	41,26	257,86	10,00	180	10,05	7,32	49,51	309,43
278**	Тефтели из говяд.рубленные		28,00	100	17,6	17,6	3,41	236,5	28,00	100	17,6	17,6	3,41	236,5
ТТК	Напиток лимонный		6,00	200	0,16	2,2	0,04	83,4	6,00	200	0,16	2,2	0,04	83,4
ПР	Хлеб ржаной		3,50	60	2,82	0,6	0,6	126	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126
ПР	Фрукт(Яблоко)		12	100	0,4	0,4	9,8	47	*	*	*	*	*	*
	<b>ИТОГО</b>		<b>73,00</b>	<b>870,00</b>	<b>31,95</b>	<b>56,17</b>	<b>73,36</b>	<b>920,64</b>	<b>82,00</b>	<b>890,00</b>	<b>34,19</b>	<b>61,22</b>	<b>78,26</b>	<b>992,93</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>109,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>54,28</b>	<b>82,26</b>	<b>168,98</b>	<b>1606,54</b>	<b>118,00</b>	<b>#####</b>	<b>56,52</b>	<b>87,31</b>	<b>173,88</b>	<b>1678,83</b>
	<b>МЕНЮ НА 4 день</b>		<b>19.09.2024</b>						<b>Возрастная категория : с 12 лет и старше</b>					
	Наименование блюда		Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал
	<b>ЗАВТРАК</b>													
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным		22,00	250/5	6,19	9,32	42,38	290,19	22,00	250/5	6,19	9,32	42,38	290,19
96*	Масло сливочное		6,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	6,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный		4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
686*	Чай с лимоном		4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97
	<b>ИТОГО</b>		<b>36,00</b>	<b>525,00</b>	<b>11,23</b>	<b>17,33</b>	<b>100,18</b>	<b>603,86</b>	<b>36,00</b>	<b>525,00</b>	<b>11,23</b>	<b>17,33</b>	<b>100,18</b>	<b>603,86</b>
	<b>ОБЕД</b>													
ТТК	Салат из капусты с огурцом		7,00	60	0,84	1,38	2,34	24,9	12,00	100	1,4	2,3	3,9	41,5
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне		17,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	21,00	250	8,91	5,92	24,3	185,36
516*	Картофельное пюре		10,00	180	7,2	9,64	43,73	262,4	10,00	180	7,2	9,64	43,73	262,4
371*	Филе минтая тушеное с луком		29,50	100	9,29	1,78	3,29	65,76	29,50	100	9,29	1,78	3,29	65,76
631*	Компот из яблок		6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85
ПР	Хлеб ржаной		3,50	60	2,82	0,6	0,6	126	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126
	<b>ИТОГО</b>		<b>73,00</b>	<b>800,00</b>	<b>27,38</b>	<b>18,17</b>	<b>84,45</b>	<b>684,20</b>	<b>82,00</b>	<b>890,00</b>	<b>29,72</b>	<b>20,27</b>	<b>90,81</b>	<b>737,87</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>109,00</b>	<b>1325,00</b>	<b>38,61</b>	<b>35,50</b>	<b>184,63</b>	<b>1288,06</b>	<b>118,00</b>	<b>#####</b>	<b>40,95</b>	<b>37,60</b>	<b>190,99</b>	<b>1341,73</b>



	МЕНЮ НА 5 день 20.09.2024	Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше										
		Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность								
					белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	ккал				
		<b>ЗАВТРАК</b>																
302*		Каша молочная овсяная	22,00	250/5	11,78	12,81	43,39	285,3	22,00	250/5	11,78	12,81	43,39	285,3				
97*		Сыр порциями	8,00	15	6,75	5,97	0,3	90	8,00	15	6,75	5,97	0,3	90				
ПР		Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6				
685*		Чай с сахаром	2,00	200	0,2	0	19,8	77	2,00	200	0,2	0	19,8	77				
		<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>530,00</b>	<b>23,53</b>	<b>19,38</b>	<b>93,29</b>	<b>590,90</b>	<b>36,00</b>	<b>530,00</b>	<b>23,53</b>	<b>19,38</b>	<b>93,29</b>	<b>590,90</b>				
		<b>ОБЕД</b>																
ТТК		Салат овощной(морковь, огурцы, помидор	11,00	60	0,78	4,44	4,68	60,6	15,50	100	1,3	7,4	7,8	101				
142*		Рассольник по-Ленинградски на мясном б	16,50	200/5	2,5	6,04	20,91	154,01	21,00	250/5	3,1	7,51	26,01	191,57				
302*		Гречка вязкая	8,00	180	5,33	4,35	19,95	140,48	8,00	200	5,92	4,83	22,16	156,08				
292**		Филе куриное с овощами в смет. соусе	30,00	100	11,52	4,08	2,16	92,16	30,00	100	11,52	4,08	2,16	92,16				
ПР		Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5				
686*		Чай с лимоном	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97				
		<b>ИТОГО</b>	<b>73,00</b>	<b>805,00</b>	<b>22,63</b>	<b>19,34</b>	<b>92,37</b>	<b>629,72</b>	<b>82,00</b>	<b>915,00</b>	<b>24,34</b>	<b>24,25</b>	<b>102,80</b>	<b>723,28</b>				
		<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>109,00</b>	<b>1335,00</b>	<b>46,16</b>	<b>38,72</b>	<b>185,66</b>	<b>1220,62</b>	<b>118,00</b>	<b>1445,00</b>	<b>47,87</b>	<b>43,63</b>	<b>196,09</b>	<b>1314,18</b>				