





МЕНЮ

Исполнитель и номер заказа № 1
 Дата: 28.11.2024
 Адрес: _____
 Имя: _____
 Номер для заказа: _____
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	весов в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	калорийна ость	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из свеклы с огурцом соевыми	60	0,70	1,00	2,60	23,20	17,00р
2.	Мягкая из говядины	90	15,55	18,07	8,08	191,88	30,00р
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	9,65	5,19	26,62	172,50	20,00р
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	13,20	61,50	10,00р
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,34	55,81	2,90р
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,30р
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	15,95	82,89	10,00р
	Всего:	590	21,61	27,89	88,32	637,28	
							111,00р
ОБЕД							
1.	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	17,00р
2.	Суп картофельный с фасолью	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00р
3.	Гуляш из говядины	100	20,00	10,30	3,30	258,00	48,00р
4.	Каша пшеница (гречиха)	130	8,85	5,15	39,80	243,75	30,00р
5.	Каша из овся хлопьев	200	9,31	0,00	39,40	158,84	10,00р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,30р
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00р
8.	Кондитерский шкотел (вафль 2,5%)	180	3,40	5,76	7,19	102,96	28,00р
	Всего:	950	43,49	38,14	132,83	1063,48	
							170,50р
Полдник 2 смены (по желанию)							
1.	Закусочная рисовая с творогом и маслом	160	10,56	10,23	18,30	174,6	
2.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	
		360	11,22	10,32	50,31	306,09	

Директор МБОУ СОШ № 1

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ

Исполнитель и номер заказа № 1
 Дата: 28.11.2024
 Адрес: _____
 Имя: _____
 Номер для заказа: _____
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	весов в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	калорийна ость	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из свеклы с огурцом соевыми	100	1,17	1,67	4,33	37,00	20,00р
2.	Мягкая из говядины	100	15,54	18,66	8,05	191,88	65,00р
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	200	9,76	5,11	31,32	202,94	22,00р
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	13,20	61,50	10,00р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,30р
6.	Хлеб ржаной	40	2,34	0,45	18,16	80,83	3,00р
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	25	2,80	3,15	30,03	159,38	12,50р
	Всего:	705	35,03	38,34	123,96	823,01	
							135,80р
ОБЕД							
1.	Салат из квашеной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	20,00р
2.	Суп картофельный с фасолью	250	6,00	7,30	27,30	201,50	25,00р
3.	Гуляш из говядины	120	24	23,4	3,96	309,6	75,00р
4.	Каша пшеница (гречиха)	180	10,62	6,18	39,76	337,14	22,00р
5.	Каша из овся хлопьев	200	9,31	0,00	39,40	158,84	10,00р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	23,30	133,94	3,00р
7.	Хлеб ржаной	40	2,34	0,45	18,16	80,83	3,00р
8.	Кондитерский шкотел (вафль 2,5%)	200	6,00	6,40	8,31	114,40	30,00р
	Всего:	1150	54,16	48,53	189,28	1467,43	
							188,00р
Полдник 2 смены (по желанию)							
1.	Закусочная рисовая с творогом и маслом	210	13,83	13,40	23,97	228,72	
2.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	
		410	14,49	13,49	55,98	360,21	

Директор МБОУ СОШ № 1

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

