

МЕНЮ
27.10.22 Понедельник

Категория: Дети от 7 от 11 лет

Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		973	27,14	43,87	117,68	2,98	
	Каша жидкая молочная (рисовая, с маслом)	251	5,10	10,72	33,42	1,17	200/10
	Бутерброд с сыром	316	12,02	16,68	29,66	0,18	100
	Какао с молоком	118	4,08	3,55	17,58	1,59	200
	Булочка с повидлом	288	5,94	12,92	37,02	0,04	90
	Итого за день:	973	27,14	43,87	117,68	2,98	

Составитель Повар

(должность)

(подпись)

Костоева Ф.Х.

(ФИО)

МЕНЮ
18.10.22 Вторник

Категория: Дети от 7 от 11 лет

Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		738	19,15	31,41	93,91	14,00	
	Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)	285	7,51	11,72	37,05	1,17	200/10
	Хлеб с маслом	232	4,93	14,57	20,38		80
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7
	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	96	1,50	0,50	21,00	10,00	100
	Итого за день:	738	19,15	31,41	93,91	14,00	

Составитель Повар

(должность)

(подпись)

Костоева Ф.Х.

(ФИО)



Мальсагов Р.Я.

МЕНЮ
19.10.22 **Среда**

Категория: Дети от 7 от 11 лет
Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		839	24,55	32,18	113,13	2,29	
	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	228	5,70	9,95	28,89	0,52	200/10
	Бутерброд с сыром	316	12,02	16,68	29,66	0,18	100
	Какао с молоком	118	4,08	3,55	17,58	1,59	200
	Пряники	177	2,75	2,00	37,00		50
	Итого за день:	839	24,55	32,18	113,13	2,29	

Составитель Повар

(должность)

Костоева Ф.Х.

(подпись)

(ФИО)

Директор



Мальсагов Р.Я.

МЕНЮ
Четверг

20.10.22.

Категория: Дети от 7 от 11 лет
Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		827	21,68	37,62	105,19	26,11	
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом)	283	8,75	12,25	34,56	0,78	200/10
	Хлеб с маслом	232	4,93	14,57	20,38		80
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7
	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	48	0,60	0,60	14,70	22,50	150
	Печенье	139	2,19	5,58	20,07		30
	Итого за день:	827	21,68	37,62	105,19	26,11	

Составитель Повар

(должность)

(подпись)

Костоева Ф.Х.

(ФИО)

**МЕНЮ**

Пятница

21.10.22

Категория: Дети от 7 от 11 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	752	25,05	36,46	77,96	2,80	
Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,47	4,75	17,96	0,83	250
Бутерброд с сыром	316	12,02	16,68	29,66	0,18	100
Какао с молоком	118	4,08	3,55	17,58	1,59	200
Сырок творожный	168	3,48	11,48	12,76	0,20	40
Итого за день:	752	25,05	36,46	77,96	2,80	

Составитель Повар

(должность)

(подпись)

Костоева Ф.Х.

(ФИО)

Директор

Мальсагов Р.Я.

МЕНЮ**Суббота***22.10.22г.*

Категория: Дети от 7 от 11 лет

Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		715	19,56	32,03	87,24	3,61	
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом)	283	8,75	12,25	34,56	0,78	200/10
	Хлеб с маслом	232	4,93	14,57	20,38		80
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7
	Вафли	75	0,67	0,59	16,82		21
	Итого за день:	715	19,56	32,03	87,24	3,61	

Составитель Повар

(должность)

(подпись)

Костоева Ф.Х.

(ФИО)

МЕНЮ
2.11.2021 Среда

Категория: Дети от 7 от 11 лет

Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		839	24,55	32,18	113,13	2,29	
	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	228	5,70	9,95	28,89	0,52	200/10
	Бутерброд с сыром	316	12,02	16,68	29,66	0,18	100
	Какао с молоком	118	4,08	3,55	17,58	1,59	200
	Пряники	177	2,75	2,00	37,00		50
	Итого за день:	839	24,55	32,18	113,13	2,29	

Составитель Повар

(должность)

Костоева Ф.Х.

(подпись)

(ФИО)

03.11.22 **МЕНЮ**
Четверг

Категория: Дети от 7 от 11 лет

Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		827	21,68	37,62	105,19	26,11	
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом)	283	8,75	12,25	34,56	0,78	200/10
	Хлеб с маслом	232	4,93	14,57	20,38		80
	Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт.
	Чай с лимоном	62	0,13	0,02	15,20	2,83	200/15/7
	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	48	0,60	0,60	14,70	22,50	150
	Печенье	139	2,19	5,58	20,07		30
	Итого за день:	827	21,68	37,62	105,19	26,11	

Составитель Повар

(должность)

(подпись)

Костоева Ф.Х.

(ФИО)