



МЕНЮ

на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛ | | Цена | |
|--|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------------|---------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша "Дружба" | 200 | 250 | 7.77 | 9.72 | 7.85 | 9.82 | 43.88 | 54.85 | 273.9 | 342.35 | | |
| Какао-напиток на молоке | 200 | 200 | 3.97 | 3.97 | 3.80 | 3.80 | 9.10 | 9.10 | 87.5 | 87.52 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.2 | 157.20 | | |
| Сыр (порциями) | 10 | 10 | 2.32 | 2.32 | 2.95 | 2.95 | 0.00 | 0.00 | 36.4 | 36.40 | | |
| Печенье | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 3.92 | 3.92 | 29.76 | 29.76 | 166.8 | 166.80 | | |
| Итого за завтрак: | 510 | 560 | 21.56 | 23.51 | 20.26 | 22.23 | 113.58 | 124.55 | 721.8 | 790.27 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат витаминный с растительным маслом/салат из квашеной капусты | 60 | 100 | 0.63 | 1.05 | 2.49 | 4.15 | 6.22 | 10.37 | 50.58 | 84.30 | | |
| Суп вермишелевый на кур'б | 200 | 250 | 2.01 | 2.51 | 3.53 | 4.42 | 12.52 | 15.65 | 89.90 | 112.38 | | |
| Рагу из мяса птицы (курица) | 240 | 280 | 26.72 | 31.17 | 24.64 | 28.75 | 30.05 | 35.06 | 448.86 | 523.67 | | |
| Компот из плодов сухих | 200 | 200 | 0.64 | 0.64 | 0.05 | 0.05 | 29.10 | 29.10 | 119.39 | 119.39 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 1.16 | 1.16 | 20.56 | 20.56 | 104.80 | 104.80 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2.24 | 2.24 | 0.44 | 0.44 | 19.76 | 19.76 | 92.80 | 92.80 | | |
| Итого за обед: | 780 | 910 | 35.08 | 40.45 | 32.30 | 38.96 | 103.94 | 116.23 | 834.03 | 962.77 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Салат из моркови с изюмом | 100 | | 1.25 | | 0.13 | | 2.22 | | 95.30 | | | |
| Чай | 200 | | 0.00 | | 0.00 | | 5.99 | | 23.98 | | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | | 1.50 | | 0.58 | | 10.28 | | 52.34 | | | |
| Итого за полдник: | 320 | | 2.75 | | 0.71 | | 18.49 | | 171.62 | | | |
| Итого за день | | | 59.4 | 64.0 | 53.3 | 61.2 | 236.0 | 240.8 | 1727.4 | 1753.0 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

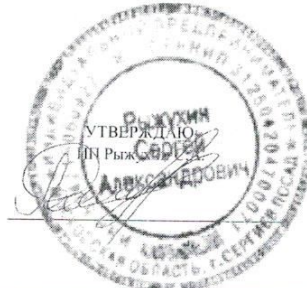
Медицинский работник

Медп
Ж

81.00
85.00 99.00
50.00



СОБЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
Александрович

МЕНЮ

День 2 на 2023г

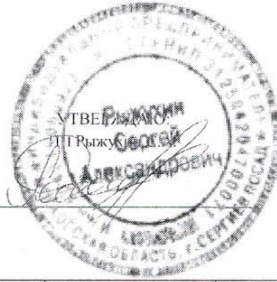
| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|----------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|---------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Вареники с творогом | 200 | 230 | 17.04 | 17.04 | 11.78 | 11.78 | 47.64 | 47.64 | 360.40 | 360.40 | | |
| Соус абрикосовый | 50 | 70 | 0.39 | 0.55 | 0.02 | 0.03 | 33.80 | 47.31 | 137.10 | 191.94 | | |
| Сыр (порциями) | 10 | 20 | 2.32 | 4.64 | 2.95 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 36.40 | 72.80 | | |
| Чай с лимоном | 200 | 200 | 0.04 | 0.04 | 0.00 | 0.00 | 8.11 | 8.11 | 33.28 | 33.28 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 40 | 60 | 3.00 | 4.50 | 1.16 | 1.74 | 20.56 | 30.84 | 104.80 | 157.20 | | |
| Итого за завтрак: | 500 | 550 | 22.79 | 26.76 | 15.91 | 19.45 | 110.11 | 133.91 | 671.98 | 815.62 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Икра из кабачков | 60 | 100 | 0.72 | 1.20 | 2.82 | 4.70 | 4.62 | 7.70 | 46.80 | 78.00 | | |
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 250 | 1.69 | 2.11 | 3.03 | 3.79 | 9.31 | 11.63 | 71.48 | 89.35 | | |
| Гуляш | 90 | 100 | 12.12 | 13.47 | 11.62 | 12.91 | 3.47 | 3.86 | 164.15 | 182.39 | | |
| Каша гречневая | 150 | 180 | 6.32 | 7.59 | 5.36 | 6.43 | 28.53 | 34.23 | 187.35 | 224.82 | | |
| Компот из плодов свежих (яблоки) | 200 | 200 | 0.12 | 0.12 | 0.12 | 0.12 | 22.92 | 22.92 | 93.90 | 93.90 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | 40 | 1.50 | 3.00 | 0.58 | 1.16 | 10.28 | 20.56 | 52.40 | 104.80 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2.24 | 2.24 | 0.44 | 0.44 | 19.76 | 19.76 | 92.80 | 92.80 | | |
| Итого за обед: | 760 | 910 | 24.72 | 29.73 | 23.97 | 29.55 | 98.89 | 120.67 | 708.88 | 866.06 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Хлопья кукурузные | 50 | | 1.52 | | 1.80 | | 16.90 | | 79.00 | | | |
| Молоко | 150 | | 5.80 | | 3.20 | | 9.60 | | 107.00 | | | |
| Фрукты свежие по сезонности | 100 | | 0.40 | | 0.40 | | 9.80 | | 44.40 | | | |
| Итого за полдник: | 300 | | 7.72 | | 5.40 | | 36.30 | | 230.40 | | | |
| Итого за день | | | 55.2 | 56.5 | 45.3 | 49.0 | 245.3 | 254.6 | 1611.3 | 1681.7 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

М.И.И.
Ж.И.



МЕНЮ

День 5 на 2023г

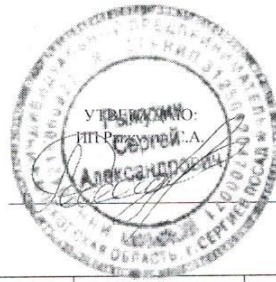
| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|---------------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная | 180 | 250 | 3.99 | 5.54 | 4.35 | 6.05 | 21.85 | 30.35 | 142.67 | 198.15 | | |
| Кофейный напиток из цикория с молоком | 200 | 200 | 3.90 | 3.90 | 3.84 | 3.84 | 13.67 | 13.67 | 104.53 | 104.53 | | |
| Фрукты свежие по сезонности | 100 | 100 | 0.40 | 0.40 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 9.80 | 47.00 | 47.00 | | |
| Сыр (порциями) | 20 | 20 | 4.64 | 4.64 | 5.90 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 72.80 | 72.80 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 400 | 60 | 3.00 | 4.50 | 1.16 | 1.74 | 20.56 | 30.84 | 104.80 | 157.20 | | |
| Итого за завтрак: | 900 | 630 | 15.93 | 18.98 | 15.66 | 17.93 | 65.88 | 84.66 | 471.80 | 579.68 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы консерв/ Огурцы свежие | | | | | | | | | | | 85.00 | 99.00 |
| Суп картофельный с горохом | 60 | 100 | 0.48 | 0.80 | 0.06 | 0.10 | 1.50 | 2.50 | 8.40 | 14.00 | | |
| Котлеты рубленые из птицы | 200 | 250 | 4.36 | 5.45 | 7.10 | 8.88 | 15.71 | 19.64 | 144.40 | 180.50 | | |
| Капуста тушеная | 90 | 100 | 23.678 | 26.309 | 24.07 | 26.745 | 14.41 | 16.012 | 355.73 | 395.25 | | |
| Капуста тушеная | 150 | 180 | 3.243 | 3.8916 | 6.183 | 7.4196 | 10.53 | 12.637 | 112.93 | 135.513 | | |
| Кисель ягодный(смородина) | 200 | 200 | 0.17 | 0.17 | 0.06 | 0.06 | 14.08 | 14.08 | 57.74 | 57.74 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 1.16 | 1.16 | 20.56 | 20.56 | 104.80 | 104.80 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 60 | 2.24 | 3.36 | 0.44 | 0.66 | 19.76 | 29.64 | 92.80 | 139.20 | | |
| Итого за обед: | 780 | 930 | 37.17 | 42.98 | 39.07 | 45.02 | 96.55 | 115.07 | 876.80 | 1027.00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 100 | | 1.38 | | 10.02 | | 6.54 | | 122.00 | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1.50 | | 0.58 | | 10.28 | | 52.34 | | | |
| Напиток из шиповника | 200 | | 0.67 | | 0.27 | | 20.76 | | 88.20 | | | |
| Итого за полдник: | 320 | | 3.55 | | 10.87 | | 37.58 | | 262.54 | | | |
| Итого за день | | | 40.7 | 62.0 | 65.6 | 63.0 | 200.0 | 199.7 | 1611.1 | 1606.7 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

М.С.И.Ф.
М.Р.



МЕНЮ

на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Омлет | 200 | 250 | 20.88 | 26.10 | 22.47 | 28.09 | 3.90 | 4.88 | 301.42 | 376.78 | | |
| Какао-напиток на молоке | 200 | 200 | 3.97 | 3.97 | 3.80 | 3.80 | 9.10 | 9.10 | 87.52 | 87.52 | | |
| Печенье | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 3.92 | 3.92 | 29.76 | 29.76 | 166.80 | 166.80 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.20 | 157.02 | | |
| Итого за завтрак: | 500 | 550 | 32.35 | 37.57 | 31.93 | 37.55 | 73.60 | 74.58 | 712.94 | 788.30 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салаг Мозайка | 60 | 100 | 1.73 | 2.88 | 4.43 | 7.38 | 6.11 | 10.18 | 71.43 | 119.05 | | |
| Суп крестьянский с крупой | 200 | 250 | 2.07 | 2.59 | 4.11 | 5.13 | 10.99 | 13.74 | 89.39 | 111.74 | | |
| Рыба запеченная с картофелем | | | | | | | | | | | | |
| | 240 | 280 | 24.78 | 28.91 | 14.54 | 16.96 | 30.86 | 36.00 | 354.67 | 413.78 | | |
| Компот из плодов сушеных | 200 | 200 | 0.48 | 0.48 | 0.04 | 0.04 | 14.83 | 14.83 | 60.72 | 60.72 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.20 | 157.20 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2.24 | 2.24 | 0.44 | 0.44 | 19.76 | 19.76 | 92.80 | 92.80 | | |
| Итого за обед: | 800 | 930 | 35.80 | 41.60 | 25.30 | 31.69 | 113.39 | 125.35 | 826.21 | 955.29 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Биточки манные с повидлом | 150 | | 3.39 | | 5.27 | | 45.50 | | 240.00 | | | |
| Сок фруктовый | 200 | | 10.00 | | 0.00 | | 20.00 | | 84.00 | | | |
| Итого за полдник: | 350 | | 13.39 | | 5.27 | | 65.50 | | 324.00 | | | |
| Итого за день | | 1480 | 81.5 | 79.2 | 62.5 | 69.2 | 252.5 | 199.9 | 1.863.2 | 1.743.6 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

Млеп
Кр

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ



МЕНЮ

День 5 на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|--|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная | 200 | 250 | 5.90 | 7.37 | 8.50 | 10.63 | 27.75 | 34.69 | 211.44 | 264.30 | | |
| Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 200 | 4.39 | 4.39 | 4.04 | 4.04 | 16.42 | 16.42 | 122.90 | 122.90 | | |
| Печенье | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 3.92 | 3.92 | 29.76 | 29.76 | 166.80 | 166.80 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 1.16 | 1.16 | 20.56 | 20.56 | 104.80 | 104.80 | | |
| Сыр (порциями) | 20 | 20 | 4.64 | 4.64 | 5.90 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 72.80 | 72.80 | | |
| Итого за завтрак: | 500 | 550 | 20.93 | 22.40 | 23.52 | 25.65 | 94.49 | 101.43 | 678.74 | 731.60 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | 85.00 | 99.00 |
| Салат из свеклы с маслом | 60 | 100 | 0.31 | 0.52 | 2.18 | 3.63 | 1.82 | 3.03 | 28.10 | 46.83 | | |
| Суп картофельный с фасолью | 200 | 250 | 3.96 | 4.95 | 3.46 | 4.33 | 14.31 | 17.89 | 105.57 | 131.96 | | |
| Пельмени с маслом сливочным | 240 | 280 | 22.89 | 26.7 | 36.59 | 42.69 | 48.86 | 57.01 | 510.24 | 595.28 | | |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 2.00 | 2.00 | 0.20 | 0.20 | 20.20 | 20.20 | 92.00 | 92.00 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | 20 | 1.50 | 1.50 | 0.58 | 0.58 | 10.28 | 10.28 | 52.40 | 52.40 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 60 | 1.12 | 3.36 | 0.22 | 0.66 | 9.88 | 29.64 | 46.40 | 139.20 | | |
| Итого за обед: | 740.0 | 910 | 31.78 | 39.03 | 43.23 | 52.09 | 105.35 | 138.05 | 834.71 | 1057.67 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | 50.00 | |
| Запеканка морковная с творогом с сгущенным молоком | 150/20 | | 14.50 | | 15.94 | | 29.56 | | 315.00 | | | |
| Чай | 200 | | 0.00 | | 0.00 | | 5.99 | | 23.98 | | | |
| Итого за полдник: | 370 | | 14.50 | | 15.94 | | 35.55 | | 338.98 | | | |
| Итого за день: | | 1460 | 67.2 | 61.4 | 82.7 | 77.7 | 235.4 | 239.5 | 1852.4 | 1789.3 | | |

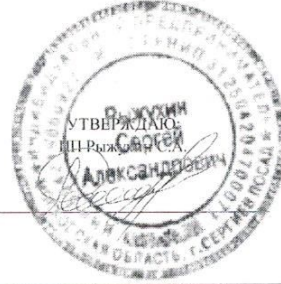
Зав.Производством (новар)

Социальный педагог

М.С.С.

Медицинский работник

М.



МЕНЮ

на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|---------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|---------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша рисовая | 200 | 250 | 6.14 | 7.68 | 6.94 | 8.68 | 43.36 | 54.20 | 253.73 | 317.17 | | |
| Ватрушка с творогом или | | | | | | | | | | | | |
| Выпечка п/п | 50 | 50 | 6.20 | 6.20 | 3.71 | 3.71 | 21.50 | 21.50 | 144.04 | 144.04 | | |
| Чай с лимоном | 200 | 200 | 0.04 | 0.04 | 0.00 | 0.00 | 8.11 | 8.11 | 33.28 | 33.28 | | |
| Сыр (порциями) | 10 | 20 | 2.32 | 4.64 | 2.95 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 36.40 | 72.80 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.02 | 157.02 | | |
| Итого за завтрак: | 520 | 580 | 19.20 | 23.06 | 15.34 | 20.03 | 103.81 | 114.65 | 624.65 | 724.49 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы консерв/ Огурцы свежие | 60 | 100 | 0.48 | 0.80 | 0.06 | 0.10 | 1.50 | 2.50 | 8.40 | 14.00 | | |
| Рассольник Ленинградский | 200 | 250 | 2.24 | 2.80 | 3.23 | 4.04 | 15.15 | 18.94 | 98.80 | 123.50 | | |
| Биточки рубленые куриные | 90 | 100 | 16.09 | 17.88 | 14.21 | 15.79 | 13.41 | 14.90 | 237.23 | 263.59 | | |
| Рагу из овощей | 150 | 180 | 2.60 | 3.12 | 7.73 | 9.27 | 17.17 | 20.60 | 148.31 | 177.97 | | |
| Компот из плодов свежих (лимон) | 200 | 200 | 0.13 | 0.13 | 0.01 | 0.01 | 22.40 | 22.40 | 92.54 | 92.54 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 1.16 | 1.16 | 20.56 | 20.56 | 104.80 | 104.80 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 60 | 2.24 | 3.36 | 0.44 | 0.66 | 19.76 | 29.64 | 92.80 | 139.20 | | |
| Итого за обед: | 780 | 930 | 26.78 | 31.09 | 26.84 | 31.03 | 109.95 | 129.54 | 782.88 | 915.60 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка со свежими плодами | 150 | | 6.87 | | 10.44 | | 35.91 | | 265.14 | | | |
| Сок фруктовый | 200 | | 10.00 | | 0.00 | | 20.00 | | 84.00 | | | |
| Итого за полдник: | 350 | | 16.87 | | 10.44 | | 55.91 | | 349.14 | | | |
| Итого за день | | | 62.8 | 54.1 | 52.6 | 51.1 | 269.7 | 244.2 | 1756.7 | 1640.1 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

М.Сид
Ж.

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ




МЕНЮ

День 7 на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛ | | Цена | |
|--|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная | 200 | 250 | 4.43 | 5.54 | 4.84 | 6.05 | 24.28 | 30.35 | 158.52 | 198.15 | | |
| Печенье | 40 | 40 | 3.00 | 3.00 | 3.92 | 3.92 | 29.76 | 29.76 | 166.80 | 166.80 | | |
| Сыр (порциями) | 10 | 20 | 2.32 | 4.64 | 2.95 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 36.40 | 72.80 | | |
| Чай с молоком | 200 | 200 | 2.40 | 2.40 | 2.56 | 2.56 | 9.75 | 9.75 | 71.94 | 71.94 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.20 | 157.20 | | |
| Итого за завтрак: | 510 | 570 | 16.65 | 20.08 | 16.01 | 20.17 | 94.63 | 100.70 | 590.86 | 666.89 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат из капусты с растительным маслом/Салат из квашеной капусты | 60 | 100 | 1.08 | 1.80 | 2.46 | 4.10 | 3.72 | 6.20 | 41.97 | 69.95 | | |
| Суп куриный | 200 | 250 | 6.14 | 7.67 | 5.58 | 6.97 | 10.85 | 13.57 | 109.42 | 136.78 | | |
| Печень по-страгановски | 90 | 100 | 13.43 | 14.92 | 9.25 | 10.27 | 3.80 | 4.22 | 165.11 | 183.46 | | |
| Изделия макаронные отварные | 150 | 180 | 5.84 | 7.00 | 6.87 | 8.24 | 37.07 | 44.49 | 233.55 | 280.26 | | |
| Компот из плодов сушеных | 200 | 200 | 0.48 | 0.48 | 0.04 | 0.04 | 14.83 | 14.83 | 60.72 | 60.72 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | 20 | 1.50 | 1.50 | 0.58 | 0.58 | 10.28 | 10.28 | 52.40 | 52.40 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2.24 | 2.24 | 0.44 | 0.44 | 19.76 | 19.76 | 92.80 | 92.80 | | |
| Итого за обед: | 760 | 890 | 30.71 | 35.61 | 25.22 | 30.64 | 100.31 | 113.35 | 755.97 | 876.37 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Яйцо вареное | 50 | | 5.08 | | 4.60 | | 0.28 | | 63.00 | | | |
| Горошек зеленый | 60 | | 1.55 | | 0.10 | | 3.25 | | 20.10 | | | |
| Кисломолочный напиток | 200 | | 5.80 | | 5.00 | | 8.00 | | 100.00 | | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | | 1.50 | | 0.58 | | 10.28 | | 52.34 | | | |
| Итого за полдник: | 330 | | 13.93 | | 10.28 | | 21.81 | | 235.44 | | | |
| Итого за день | | | 61.3 | 55.7 | 51.5 | 50.8 | 216.8 | 214.1 | 1,582.3 | 1,543.3 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник





МЕНЮ

День 8 на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|--|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая молочная | 180 | 200 | 6.42 | 7.13 | 8.51 | 9.46 | 22.83 | 25.36 | 193.95 | 215.50 | | |
| Сыр (порциями) | 10 | 20 | 2.32 | 4.64 | 2.95 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 36.40 | 72.80 | | |
| Фрукты свежие по сезонности | 100 | 100 | 0.40 | 0.40 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 9.80 | 47.00 | 47.00 | | |
| Кофейный напиток из цикория с молоком | 200 | 200 | 3.90 | 3.90 | 3.84 | 3.84 | 13.67 | 13.67 | 104.53 | 104.53 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.02 | 157.02 | | |
| Итого за завтрак: | 550 | 580 | 17.54 | 20.57 | 17.44 | 21.34 | 77.14 | 79.67 | 539.08 | 597.03 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Икра из кабачков | 70 | 100 | 0.84 | 1.20 | 3.29 | 4.70 | 5.39 | 7.70 | 54.60 | 78.00 | | |
| Борщ "Сибирский" | 200 | 250 | 8.32 | 10.40 | 6.75 | 8.44 | 11.37 | 14.21 | 129.76 | 162.20 | | |
| Котлета рыбная | 100 | 100 | 20.68 | 20.68 | 4.70 | 4.70 | 16.59 | 16.59 | 191.48 | 191.48 | | |
| Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом | 190 | 220 | 4.87 | 5.64 | 5.67 | 6.56 | 39.38 | 45.60 | 228.44 | 264.51 | | |
| Кисель вишневый | 200 | 200 | 0.14 | 0.14 | 0.03 | 0.03 | 15.43 | 15.43 | 62.15 | 62.15 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 40 | 4.50 | 3.00 | 1.74 | 1.16 | 30.84 | 20.56 | 157.20 | 104.80 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 60 | 2.24 | 3.36 | 0.44 | 0.66 | 19.76 | 29.64 | 92.80 | 139.20 | | |
| Итого за обед: | 860 | 970 | 41.59 | 44.42 | 22.62 | 26.25 | 138.76 | 149.73 | 916.43 | 1002.34 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с зеленым горошком | | 100 | | 1.64 | | 4.12 | | 7.29 | | 72.9 | | |
| Кисель | 200 | | 0.43 | | 0.12 | | 38.62 | | 157.60 | | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | | 1.50 | | 0.58 | | 10.28 | | 52.34 | | | |
| Итого за полдник: | 320 | | 3.57 | | 4.82 | | 56.19 | | 282.84 | | | |
| Итого за день: | | | 62.70 | 64.99 | 44.88 | 47.59 | 272.09 | 229.40 | 1738.35 | 1599.37 | | |

81.00

85.00 99.00

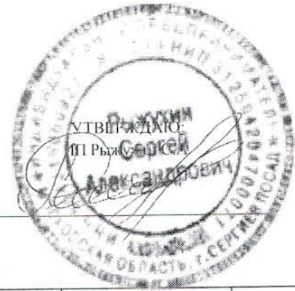
50.00

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

М.С. Сидорова
К.В. Жуков



МЕНЮ

2023г

День 9

на

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | | Цена | |
|----------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Омлет | 200 | 200 | 20.88 | 26.10 | 22.47 | 28.09 | 3.90 | 4.88 | 301.42 | 376.78 | | |
| Печенье | | 20 | | 1.50 | | 1.96 | | 14.88 | | | | 83.40 |
| Чай | 200 | 200 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.99 | 5.99 | 23.94 | 23.94 | | |
| Булочка с изюмом или Выпечка п/п | 50 | 50 | 4.43 | 4.43 | 3.77 | 3.77 | 26.53 | 26.53 | 157.70 | 157.70 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 50 | 4.50 | 4.50 | 1.74 | 1.74 | 30.84 | 30.84 | 157.20 | 157.20 | | |
| Итого за завтрак: | 510 | 520 | 29.81 | 36.53 | 27.98 | 35.56 | 67.27 | 83.13 | 640.26 | 799.02 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат Мозайка | 60 | 100 | 1.73 | 2.88 | 4.43 | 7.38 | 6.11 | 10.18 | 71.43 | 119.05 | | |
| Уха ростовская | 200 | 250 | 5.56 | 6.95 | 3.45 | 4.31 | 11.36 | 14.20 | 99.32 | 124.15 | | |
| Плов куриный | 240 | 280 | 19.28 | 22.50 | 24.10 | 28.11 | 46.92 | 54.74 | 463.92 | 541.24 | | |
| Напиток клубничный | 200 | 200 | 0.01 | 0.01 | 0.04 | 0.04 | 12.83 | 12.83 | 51.48 | 51.48 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | 20 | 1.50 | 1.50 | 0.58 | 0.58 | 10.28 | 10.28 | 52.40 | 52.40 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 20 | 1.12 | 1.12 | 0.22 | 0.22 | 9.88 | 9.88 | 46.40 | 46.40 | | |
| Итого за обед: | 740.0 | 870 | 29.20 | 34.96 | 32.82 | 40.64 | 97.38 | 112.11 | 784.95 | 934.72 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Шарлотка с яблоками | 100 | | 3.71 | | 4.7 | | 39.6 | | 209.8 | | | |
| Чай | 200 | | 0.00 | | 0.00 | | 5.99 | | 23.98 | | | |
| Итого за полдник: | 300 | | 3.71 | | 4.74 | | 45.59 | | 233.78 | | | |
| Итого за день: | | | 62.7 | 71.5 | 65.5 | 76.2 | 210.2 | 195.2 | 1.659.0 | 1.733.7 | | |

81.00

85.00 99.00

50.00

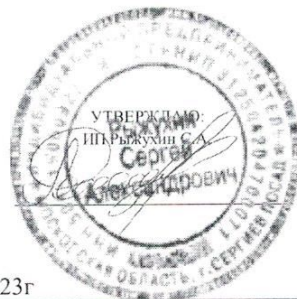
Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

[Signature]

Медицинский работник

[Signature]



МЕНЮ

День 10 на 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛ | | Цена | |
|--------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|----------------|-------|--------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная | 200 | 250 | 4.43 | 5.54 | 4.84 | 6.05 | 24.28 | 30.35 | 158.52 | 198.15 | | |
| Какао-напиток на молоке | 200 | 200 | 3.97 | 3.97 | 3.80 | 3.80 | 9.10 | 9.10 | 87.52 | 87.52 | | |
| Сыр (порциями) | 20 | 20 | 4.64 | 4.64 | 5.90 | 5.90 | 0.00 | 0.00 | 72.80 | 72.80 | | |
| Фрукты свежие по сезонности | 100 | 100 | 0.40 | 0.40 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 9.80 | 47.00 | 47.00 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 40 | 60 | 3.00 | 4.50 | 1.16 | 1.74 | 20.56 | 30.84 | 104.80 | 157.20 | | |
| Итого за завтрак: | 560 | 630 | 16.44 | 19.05 | 16.10 | 17.89 | 63.74 | 80.09 | 470.64 | 562.67 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с маслом раст. | 60 | 100 | 0.31 | 0.52 | 2.18 | 3.63 | 1.82 | 3.03 | 28.10 | 46.83 | | |
| Щи из свежей капусты | 200 | 250 | 1.60 | 2.01 | 3.04 | 3.80 | 6.74 | 8.42 | 61.07 | 76.34 | | |
| Пельмени с маслом сливочным | 240 | 280 | 22.89 | 26.7 | 36.59 | 42.69 | 48.86 | 57.01 | 510.24 | 595.28 | | |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 2.00 | 2.00 | 0.20 | 0.20 | 20.20 | 20.20 | 92.00 | 92.00 | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | 20 | 1.50 | 1.50 | 0.58 | 0.58 | 10.28 | 10.28 | 52.40 | 52.40 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 60 | 1.12 | 3.36 | 0.22 | 0.66 | 9.88 | 29.64 | 46.40 | 139.20 | | |
| Итого за обед: | 740 | 910 | 29.42 | 36.09 | 42.81 | 51.56 | 97.78 | 128.58 | 790.21 | 1002.05 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный | 180 | | 2.67 | | 3.21 | | 5.52 | | 64.08 | | | |
| Кисломолочный напиток | 200 | | 5.80 | | 5.00 | | 8.00 | | 100.00 | | | |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | | 1.50 | | 0.58 | | 10.28 | | 52.34 | | | |
| Итого за полдник: | 400 | | 9.97 | | 8.79 | | 23.80 | | 216.42 | | | |
| Итого за день | | | 55.8 | 55.1 | 67.7 | 69.5 | 185.3 | 208.7 | 1477.3 | 1564.7 | | |

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

М.С.С.
Ж.С.