

Утверждаю:

"03" октября 2023г.

4 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>22,1</b>	<b>22,4</b>	<b>98,2</b>	<b>682,9</b>	<b>161,5</b>
Бутерброд с маслом	30/10.	2,3	7,4	14,5	133,8	11,18	
Запеканка "Царская" из творога	200/20.	18,5	14,4	44	379,7	118,38	
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	10,52	
Яблоко	180	0,6	0,5	19,9	86,5	21,42	
<b>Обед</b>			<b>23</b>	<b>24,4</b>	<b>134,3</b>	<b>849,1</b>	<b>160,57</b>
Салат из моркови	100	1,1	5	9,1	85,9	21,26	
Свекольник со сметаной	250/5	2,5	4,9	16,2	118,9	21,39	
Печень, тушеная в соусе	120	10,5	9,9	5,5	153,1	80,8	
Макароны отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	18,22	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	11,26	
Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68	
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	2,96	
<b>ИТОГО:</b>		<b>45,1</b>	<b>46,8</b>	<b>232,5</b>	<b>1532</b>	<b>322,07</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_



Утверждаю:

"05" октября 2023г.

7 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>20,9</b>	<b>24,3</b>	<b>90,1</b>	<b>662,7</b>	<b>156,24</b>
Бутерброд с сыром	20/20.	5,7	6,2	7,2	107,4	19,85	
Шницель из говядины	100.	10,1	14,2	17	236,2	82,75	
Макароны отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	18,22	
Сок	200	0,2	0	11	45	15,41	
Яблоко	155	0,1	0,2	5,7	25	18,45	
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56	
<b>Обед</b>			<b>28,6</b>	<b>28,2</b>	<b>121,4</b>	<b>853,8</b>	<b>160,29</b>
Икра кабачковая промыш.производ.	60	0,8	2,7	3,3	40,7	16,64	
Суп с крупой с курицей	250/10	6,5	6,4	20,1	164	21,34	
Жаркое по-домашнему	250	15,7	17,9	32,3	352,9	104,51	
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	10,16	
Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68	
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	2,96	
<b>ИТОГО:</b>		<b>49,5</b>	<b>52,5</b>	<b>211,5</b>	<b>1516,5</b>	<b>316,53</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_

Утверждаю:

"06" октября 2023г.



8 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>27</b>	<b>30,5</b>	<b>67,6</b>	<b>652,9</b>	<b>178,5</b>
Фрикасе из птицы	100.	18,5	18,7	0,7	245,1	85,14
Рис припущ. с овощами "Мозайка"	180.	3,2	7,7	37,9	233,7	35,52
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,76
Йогурт в инд.упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	40,6
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,48
<b>Обед</b>		<b>36,5</b>	<b>30,6</b>	<b>113,6</b>	<b>876,4</b>	<b>115,6</b>
Борщ "Сибирский" со сметаной	250/5	3,5	4,7	18	128,3	20,64
Рыба запечен. со сметаной и сыром	100	23,8	18,8	5,1	284,8	45,62
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	26,29
Сок	200	0,4	0	22	90	15,41
Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	2,96
<b>ИТОГО:</b>		<b>63,5</b>	<b>61,1</b>	<b>181,2</b>	<b>1529,3</b>	<b>294,1</b>

Мед.работник \_\_\_\_\_

Утверждаю:

"09" октября 2023г.

6 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>12,4</b>	<b>13,8</b>	<b>96,8</b>	<b>560,8</b>	<b>106,87</b>
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5.	4,8	6,9	28	193,3	33,65	
Кондитерское изд.(печенье)	60.	1,8	2,5	32	157,7	11,88	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,7	
Йогурт в инд.упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	40,6	
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56	
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,48	
<b>Обед</b>			<b>28,9</b>	<b>31,7</b>	<b>130,7</b>	<b>923,9</b>	<b>190</b>
Салат из бел.капусты с зел.горошком	100	1,5	5	4,7	69,8	24,1	
Суп сырный со сметаной	250/5	7,7	9,7	18,7	192,9	32,96	
Мясо тушеное	100	10,3	9,9	3,8	145,5	69,3	
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	26,29	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	11,26	
Яблоко	155	0,4	0	14,4	59,2	18,45	
Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68	
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	2,96	
<b>ИТОГО:</b>		<b>41,3</b>	<b>45,5</b>	<b>227,5</b>	<b>1484,7</b>	<b>296,87</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_