

Утверждаю



6 день

**МЕНЮ**  
с 7 до 11 лет  
с 12.00 м

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>19,1</b>	<b>15,3</b>	<b>97,5</b>	<b>606</b>	<b>108,45</b>
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	7,68	
Каша гречневая жидкая	200	8,6	10,2	33,3	260	38	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	18,75	
Йогурт в инд.упаковке	115	4,5	1,7	5,5	55	40,6	
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,64	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,78	
<b>Обед</b>			<b>23,2</b>	<b>33,9</b>	<b>123,4</b>	<b>891</b>	<b>213,01</b>
Помидор консер.или свежий	100	0,6	0,2	4,2	21	41,42	
Суп картофельный скрупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	29,9	
Котлеты, биточки из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	88,02	
Овощи тушеные	180	1,6	11	16,5	171	22,54	
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	20,91	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	5,32	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,9	
<b>ИТОГО:</b>		<b>42,3</b>	<b>49,2</b>	<b>220,9</b>	<b>1497</b>	<b>321,46</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_





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>26,1</b>	<b>24,3</b>	<b>57</b>	<b>551</b>	<b>229,21</b>
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	25,55
Запеканка из творога с яблоками с соусом из свежих ягод	200.	16,2	17,1	26,2	324	186,66
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	17
<b>Обед</b>		<b>24,8</b>	<b>31,6</b>	<b>128,7</b>	<b>898</b>	<b>171,14</b>
Салат из свеклы с сол.огурцом	100	1,2	5	6,5	76	16,98
Суп с макарон.изд. с птицей	250/15	4,9	4,8	16,4	128	27,5
Гуляш	100	11	14,3	5,5	195	80,18
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	18,06
Сок	200	0,3	0	22	89	18,2
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	5,32
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>50,9</b>	<b>55,9</b>	<b>185,7</b>	<b>1449</b>	<b>400,35</b>

Мед.работник \_\_\_\_\_

Утверждаю:



2023г.

9 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					ЭЦ, ккал	Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г			
<b>Завтрак</b>		<b>20,9</b>	<b>26,5</b>	<b>78,6</b>	<b>636</b>	<b>123,73</b>	
Бутерброд с маслом	30/15.	2,5	9,9	14,5	157	18,4	
Каша ячневая жидкая	200.	7,6	8,2	20,7	187	33,12	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	21,31	
Йогурт в инд.упаковке	115	4,5	1,7	5,5	55	40,6	
Кондит.изд.промыш.произв.(печенье)	50	2,5	3,2	22	127	10,3	
<b>Обед</b>		<b>39,1</b>	<b>30,4</b>	<b>114,7</b>	<b>888</b>	<b>211,49</b>	
Салат из бел.капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	18,86	
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	52,51	
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	106,67	
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	23,23	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	5,32	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,9	
<b>ИТОГО:</b>		<b>60</b>	<b>56,9</b>	<b>193,3</b>	<b>1524</b>	<b>335,22</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_



2023г.

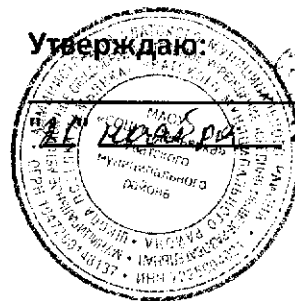
11 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					ЭЦ, ккал	Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г			
<b>Завтрак</b>		<b>15,9</b>	<b>13,1</b>	<b>93,5</b>	<b>555</b>	<b>103,6</b>	
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20.	1,8	0,3	26,4	116	7,68	
Каша манная жидкая	200.	5,1	7,1	28	196	33,15	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	18,75	
Йогурт в инд.упаковке	115	4,9	2,5	6,8	69	40,6	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,64	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,78	
<b>Обед</b>		<b>25,6</b>	<b>27,7</b>	<b>125,1</b>	<b>852</b>	<b>165,68</b>	
Салат из бел.капусты	100	2	5,1	8,5	88	24,94	
Свекольник с мясными фрикад., со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	36,18	
Плов из птицы	250	16,1	15,3	41,8	369	84,18	
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	10,16	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	5,32	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,9	
<b>ИТОГО:</b>		<b>41,5</b>	<b>40,8</b>	<b>218,6</b>	<b>1407</b>	<b>269,28</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_

12 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>20,4</b>	<b>23,9</b>	<b>208,1</b>	<b>618</b>	<b>159,67</b>
Бутерброд с маслом	30/15.	2,5	9,9	14,5	157	18,4	
Запеканка "Царская" из творога со сгущ.	200.	17,5	14	39	352	118,38	
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	4,69	
Яблоко	130	0,3	0	142	58	18,2	
<b>Обед</b>			<b>26</b>	<b>29,6</b>	<b>143,5</b>	<b>945</b>	<b>185,98</b>
Салат "Степной"	100	1,7	5	7,5	82	21,66	
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	31,1	
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	88,38	
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	18,06	
Сок	200	0,5	0	34	138	18,2	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	5,32	
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	3,26	
<b>ИТОГО:</b>		<b>46,4</b>	<b>53,5</b>	<b>351,6</b>	<b>1563</b>	<b>345,65</b>	

Мед.работник 