

Утверждаю:

"19" марта 2024г.

1 день

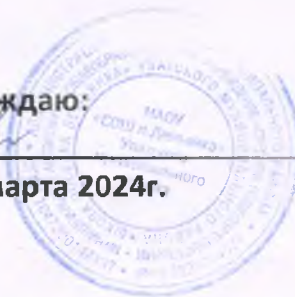
**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>18,7</b>	<b>23</b>	<b>70,7</b>	<b>564</b>	<b>114,94</b>
Каша "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	32,85	
Бутерброд с маслом	30/15.	2,5	9,9	14,5	157	18,4	
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	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,78	
<b>Обед</b>			<b>25,2</b>	<b>26,4</b>	<b>139,1</b>	<b>894,9</b>	<b>194,15</b>
Салат из свеклы отварной с чесноком	100	1,4	5	6,8	78	11,4	
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	34,69	
Фрикадельки из птицы (2шт. по 50гр)	100	10,8	10,9	5,4	162,9	96,5	
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	21,36	
Сок	200	0,5	0	34	138	18,2	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	7,1	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,9	
<b>ИТОГО:</b>		<b>43,9</b>	<b>49,4</b>	<b>209,8</b>	<b>1458,9</b>	<b>309,09</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_

Утверждаю:

"20" марта 2024г.



3 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>16,5</b>	<b>21,2</b>	<b>87</b>	<b>606</b>	<b>71,18</b>
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	8,96
Сыр (порциями)	10.	2,9	4	0	48	10,32
Сдоба обыкновенная (булка)	80.	7,5	2,4	50,5	254	19,5
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	27,71
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	4,69
<b>Обед</b>		<b>27,5</b>	<b>27,9</b>	<b>130,2</b>	<b>881</b>	<b>182,79</b>
Салат из свеклы с зел. горошком	100	2,6	5	14	111	19,39
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	34,52
Мясо, тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	100,46
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>44</b>	<b>49,1</b>	<b>217,2</b>	<b>1487</b>	<b>253,97</b>

Мед.работник \_\_\_\_\_

Утверждаю:

"21" марта 2024г.



2 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>27,4</b>	<b>16,9</b>	<b>75,1</b>	<b>561</b>	<b>179,06</b>
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	25,55	
Пудинг из творога с молоком сгущ.	200.	19,9	12,2	32,5	319	125,17	
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	10,14	
Яблоко	130	0,3	0	14,2	58	18,2	
<b>Обед</b>			<b>24,8</b>	<b>28,1</b>	<b>138,3</b>	<b>905</b>	<b>175,23</b>
Винегрет овощной	100	1,2	5	8,4	83	25,3	
Борщ с мясом, с капустой и сметаной	250/10/5.	4,3	5,1	15,5	125	33,25	
Печень, тушеная с овощами	120	12,1	12,9	5,9	188	78,08	
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	18,22	
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>52,2</b>	<b>45</b>	<b>213,4</b>	<b>1466</b>	<b>354,29</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_

Утверждаю:

"22" марта 2024г.



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>29,2</b>	<b>33,4</b>	<b>63,4</b>	<b>670</b>	<b>122,97</b>
Бутерброд с маслом	30/15.	2,5	9,9	14,5	157	18,4	
Омлет натуральный	200.	22,7	20,5	2,4	285	65,95	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	17	
Яблоко	130	0,3	0	14,2	58	18,2	
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>30,5</b>	<b>35,4</b>	<b>107,1</b>	<b>869</b>	<b>172,45</b>
Салат из отвар. моркови с огурцом	100	1,1	5	4,1	66	19,39	
Щи из св.капусты с мясом и сметан.	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	29,39	
Курица запеченная	100	17,4	17	0	223	72,16	
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	18,06	
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>59,7</b>	<b>68,8</b>	<b>170,5</b>	<b>1539</b>	<b>295,42</b>	

Мед.работник \_\_\_\_\_