

Утверждаю:



"26" февраля 2024г.

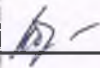


10 день

МЕНЮ
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		14,3	13,1	96,6	559	87,82
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	25,55
Суп молочный с крупой	250.	5,8	7,5	23,8	186	27,71
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	10,14
Яблоко	150	0,4	0,4	28	117	21
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,78
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,64
Обед		22	29,3	140,8	915	166,12
Салат "Любительский"	100	2,9	5,1	5,8	81	32,26
Рассольник с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	39,52
"Ёжики" из мяса с рисом, с соусом	120	7,3	14	8,9	191	47,7
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	18,22
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
ИТОГО:		36,3	42,4	237,4	1474	253,94

Мед.работник _____



Утверждаю:



"27" февраля 2024г.

11 день

МЕНЮ
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		15,9	13,1	93,5	555	103,6
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
Обед		25,6	27,7	125,1	852	165,68
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
ИТОГО:		41,5	40,8	218,6	1407	269,28

Мед.работник



Утверждаю:

"28" февраля 2024г.

12 день

МЕНЮ с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			20,4	23,9	208,1	618	159,67
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	
Обед			26	29,6	143,5	945	185,98
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	
ИТОГО:		46,4	53,5	351,6	1563	345,65	

Мед.работник _____

Утверждаю:



"29" февраля 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		
Завтрак			18,7	23	70,7	564	114,94
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	
Обед			25,2	26,4	139,1	894,9	194,15
Салат из свеклы отвар. 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	
ИТОГО:		43,9	49,4	209,8	1458,9	309,09	

Мед.работник _____


Утверждаю: 
 "01" 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		
Завтрак			27,4	16,9	75,1	561	179,06
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	
Обед			24,8	28,1	138,3	905	175,23
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	
ИТОГО:		52,2	45	213,4	1466	354,29	

Мед.работник 



Утверждаю:

"04" 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	
Завтрак		16,5	21,2	87	606	71,18
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
Обед		27,5	27,9	130,2	881	182,79
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
ИТОГО:		44	49,1	217,2	1487	253,97

Мед.работник _____

Утверждаю:

"05" 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		
Завтрак			29,2	33,4	63,4	670	122,97
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	
Обед			30,5	35,4	107,1	869	172,45
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	
ИТОГО:		59,7	68,8	170,5	1539	295,42	

Мед.работник _____