

Утверждаю
руководитель организации
/Э.В.Кузьмина/



меню
на 12.03.2024
льготная категория

№ /п	Наименование блюда	Выход порции 7-11	Цена порции	пищевая ценность				Выход порции 12-17	Цена порции	пищевая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак													
1	рыба запеченая с соусом сметанным	120	35,52	8	7	3	255,24	130	35,90	9	8	3	112,54
2	картофельное пюре	150	13,28р.	5	4	19	138	180	14,10р.	6	5	21	165,6
3	фрукт	100	23,89	1	1	20	94	100	22,69	1	1	20	94
4	чай с сахаром	200	7,86	1	0	15	61	200	7,86	1	0	15	61
5	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	17,7	11,7	76,1	642,24		83,00р.	19,6	13,8	78,4	527,14
обед													
1	салат из свеклы с чесноком	80	13,98р.	2,5	8,1	7,4	106,62	100	14,12р.	1,4	7,9	9,2	133,28
2	суп крестьянский с перловкой с говядиной со сметаной	223	28,66р.	3,5	5,2	15	85	250	28,99р.	2,7	5,9	20	102
3	плов из говядины	200	56,86р.	14	12	32	235	250	58,80р.	17	15	40	294
4	сок в ассортименте	200	19,25р.	1	0,2	20	92	200	19,25р.	1	0,2	20	92
5	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94
6	Хлеб ржаной	40	2,80р.	2,6	0,5	14	72,4	50	3,50р.	3,3	0,6	17	90,5
7													
8													
ИТОГО ЗА ОБЕД			124,00р.	26,6	26,3	107,7	685,02		124,00р.	28,4	29,9	125,5	805,78
1													
2													
3													
4													
5													
6													

оставил шеф-повар:

Н.В.Акимова

Утверждаю

руководитель организации

Э.В.Кузьмина/

меню

на 13.03.2024

льготная категория



№ п/п	Наименование блюда	Выход порции 7-11	Цена порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Выход порции 12-17	Цена порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак													
1	омлет натуральный	150	35,32	8,25	10,9	3,45	196	180	35,65	9,5	14	5,9	235
2	чай с сахаром с лимоном	207	4,07	1	0	15	61	207	4,07	1	0	15	61
3	бутерброд с сыром	50	10,78	5,6	2,84	19,65	130	65	12,92	7,7	4	26	171
4	сок в ассортименте	200	18,19	1	1	18	92	200	18,19	1	1	18	92
5	пряник	60	14,64	1	1	7	42	50	12,17	1	1	7	42
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	16,85	15,74	63,1	521		83,00р.	20,2	20	71,9	601
обед													
1	салат из квашеной капусты с луком	80	21,15р.	0,85	6,85	4,1	92,86	100	21,32р.	1,06	7,52	5,12	116,08
2	суп картофельный с макаронными изделиями	213	22,11р.	3,15	4,2	18	140	250	22,53р.	5,5	7,1	22	176
3	шницель из говядины паровой с соусом томатным	140	52,38р.	11	11	9	183	150	52,94р.	13	13	10	204
4	каша гречневая рассыпчатая	150	10,75р.	9	5	45	264	180	11,02р.	10	7	54	317
5	напиток клюквенный	200	12,36р.	1	0	21	85	200	12,36р.	1	0	21	85
6	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94	50	3,06р.	3,8	0,4	25	117,5
7	Хлеб ржаной	40	2,80р.	2,6	0,5	14	72,4	50	3,50р.	3,3	0,6	17	90,5
8													
ИТОГО ЗА ОБЕД			124,00р.	30,6	27,85	130,4	931,26		124,00 Р	37,66	35,62	154,12	1106,08
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:

Н.В.Акимова

Утверждаю

руководитель организации

/Э.В.Кузьмина/

меню
на 14.03.2024
льготная категория



№ п/п	Наименование блюда	Выход порции 7-11	Цена порции	пищевая ценность				Выход порции 12-17	Цена порции	пищевая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак													
1	запеканка из творога со сгущ.молоком	170	31,44р.	19	22	21	289	180	32,15р.	21	23	28	290
2	булочка домашняя	60	19,90р.	4,32	3,72	31	190	55	18,58р.	4,32	3,72	31	190
3	какао с молоком	200	12,32р.	3	3	15	102	200	12,32р.	3	3	15	102
4	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94	50	3,06р.	3,8	0,4	25	117,5
5	фрукт	100	16,89	3	1	17	94	100	16,89	3	1	17	94
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	32,32	30,02	103,3	769		83,00р.	35,12	31,12	116	793,5
обед													
1	винегрет овощной	80	14,35р.	1,52	8	6	103	100	14,55р.	1,9	10,13	7,52	129,16
2	щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	222,5	26,54р.	7	8	7	99	250	26,90р.	8	9	8	110
3	азу из говядины	200	69,30р.	11	10	22	256	250	69,92р.	17	15	33	384
4	напиток из шиповника	200	8,56р.	1	0,22	20	91	200	8,56р.	1	0,22	20	91
5	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94	50	3,06р.	3,8	0,4	25	117,5
6	Хлеб ржаной	40	2,80р.	2,6	0,5	14	72,4	50	3,50р.	3,3	0,6	17	90,5
7													
8													
ИТОГО ЗА ОБЕД			124,00р.	26,12	27,02	88,3	715,4		124,00 р	35	35,35	110,52	922,16
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:


Н.В.Акимова

Утверждаю
руководитель организации
/ Э.В. Кузьмина /



меню
на 18.03.2024
льготная категория

№ п/п	Наименование блюда	Выход порции 7-11	Цена порции	пищевая ценность				Выход порции 12-17	Цена порции	пищевая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак													
	каша молочная пшеничная с повидлом	210	24,02	6	8	12	198	260	25,06	7	9	15	210
1	какао с молоком	200	12,32	4	3	23	144	200	12,32	4	3	23	144
2	печенье	40	9,68	1	1	23	90	40	9,68	1	1	23	90
3	Хлеб пшеничный	40	2,45	3	1	19	94	50	3,06	4	1	25	118
4	Йогурт питьевой	125	34,58	3	2	5	52	125	34,58	3	2	5	52
5													
6													
7													
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		83,05р.	17	15	82	578		83,00р.	19	16	91	614
обед													
	салат из свежих помидоров и огурцов	80	13,05р.	1	4	4	46	100	13,98р.	1	5	5	53
1	рассольник ленинградский с говядиной со сметаной	223	30,03р.	6	5	14	149	250	30,52р.	7	6	17	148
2	бефстроганов из отварной говядины	100	55,47р.	9	8	9	86	120	55,80р.	10	9	10	97
3	каша гречневая рассыпчатая	150	10,75	9	5	45	264	180	10,80	10	6	54	317
4	компот из сухофруктов	200	9,45р.	1	0	14	52	200	9,45р.	1	0	14	52
5	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	1	19	94	50	3,06р.	4	1	25	118
6	Хлеб ржаной	40	2,80р.	3	1	14	72	50	3,50р.	3	1	17	91
7													
8													
	ИТОГО ЗА ОБЕД		124,00р.	32	24	119	763		124,00р.	36	28	142	876
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:  Н.В. Акимова