



Утверждаю
руководитель организации
(Э.В. Кузьмина)

меню
на 27.02.2024
не 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	Углево-ды, г	Калорий ность,			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калори иность,
Завтрак													
1	биточки из говядины паровые	140	52,23	5	8	15	160	150	53,17	6	9	16	180
2	каша гречневая рассыпчатая	150	10,75	8,7	5,4	45	263,8	180	11,35	10,4	6,48	54	316,55
3	чай с сахаром с лимоном	207	4,07	0,1	4	15	61	207	4,07	0,1	4	15	61
4	Хлеб пшеничный	40	2,45	3	0,3	19,3	94	50	3,06	3,8	0,4	25	117,5
5	овощи соленые	60	13,50	0,8	0	0,4	4,83	55	11,35	0,8	0	0,4	4,83
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	17,6	17,7	94,7	583,63		83,00р.	21,1	19,88	110,4	679,88
обед													
1	салат из квашеной капусты с луком	80	21,15р.	0,85	6,85	4,1	92,86	100	22,99р.	1,06	10,16	5,12	116,08
2	рассольник ленинградский	222,5	22,11р.	5,8	5,1	14	148,56	250	24,86р.	6,9	7,2	17	172,81
3	жаркое по-домашнему	200	51,52р.	15	14	27	198,45	250	64,40р.	16	15	28	240,87
4	компот из сухофруктов	200	5,19р.	0,5	0	27	110	200	5,19р.	0,5	0	27	110
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	йогурт питьевой	125	18,78	3,2	2,4	4,5	52						
8													
ИТОГО ЗА ОБЕД			124,00р.	30,95	29,15	109,9	768,27		124,00 Р	31,56	33,36	119,12	847,76
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:

Н.В.Акимова

меню
на 28.02.2024
не 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,
Завтрак													
1	каша молочная пшенная с джемом	210	29,36р.	5,8	7,7	12	198	260	29,80р.	6,2	8,2	15	210,45
2	сок в ассортименте	200	19,90р.	3,6	3,3	23	144	200	19,90	3,6	3,3	23	144
3	какао с молоком	60	12,59р.	2,5	2,6	18	219,07	60	12,59р.	2,5	2,6	18	219,07
4	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	0,3	19,3	94	50	3,06р.	3,8	0,4	25	117,5
5	ватрушка с творогом	60	18,70	1	0	18	92	60	18,70р.	1	0	18	92
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	15,9	14,1	90,5	747,07		83,00р.	17,1	14,7	99,2	783,02
обед													
1	салат из свежих помидоров и огурцов	80	14,23р.	0,7	3,6	3,6	46,07	100	14,50р.	1,1	4,6	5,3	52,65
2	борщ с капустой с картофелем	222,5	26,54р.	6,4	7,9	8,88	127,56	250	26,90р.	6,7	8,9	11	281
3	котлета рыбная с соусом сметанным	140	53,24р.	8	5,4	12,8	120,45	150	53,50р.	9	6	13	145,8
4	рис отварной	150	12,63р.	3,8	5,1	40,3	198,25	180	12,70р.	5,6	6,1	48	201,45
5	напиток клюквенный	200	12,11р.	0,1	0	20,7	83	200	12,11р.	0,1	0	20,7	83
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.	24,6	22,8	119,58	741,73		124,00 Р	29,6	26,6	140	971,9
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:

Н.В.Акимова

меню
на 29.02.2024
не 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	Углево ды, г	Калорий ность,			Белки г	Жиры, г	Углево ды, г	Калори йность,
Завтрак													
1	плов из отварной птицы	180	49,85	14	20	32	640,36	210	50,89	15	22	38	747,09
2	овощи соленые	60	13,50р.	0,8	0	0,4	4,83	55	11,53р.	0,8	0	0,4	4,83
3	чай с молоком	200	6,71	1,5	1,3	16	81	200	6,71	1,5	1,3	16	81
4	бутерброд (хлеб пшеничный, сыр)	60	12,94р.	7	4	19	145,45	70	13,87р.	8	4	25	168,95
5													
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	23,1	25,5	67,7	871,64		83,00р.	24,9	27,6	78,96	1001,87
обед													
1	винегрет овощной	80	12,08р.	0,8	6,1	5	77,56	100	12,84р.	1,1	8,1	11	103,41
2	щи из свежей капусты с картофелем	222,5	22,87р.	6,8	7,9	6,6	99,18	250	23,05р.	7,8	8,9	8,1	110,4
3	рулет из говядины с яйцом (паровой) с маслом сливочным	95	43,95р.	8,7	11	4	147,97	105	44,01р.	9,6	12	4,5	164,41
4	картофельное пюре	150	19,95р.	4,9	3,8	19	138	180	20,05р.	5,9	4,6	21	165,6
5	сок в ассортименте	200	19,90р.	1	0,2	20	92	200	19,90р.	1	0,2	20	92
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.	27,8	29,8	87,9	721,11		126,41р.	32,5	34,8	106,6	843,82
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:

Н.В.Акимова



меню
на 01.03.2024
не 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													
1	каша молочная пшеничная с повидлом	210	24,02	6	8	12	198	260	25,06	7	9	15	210
2	какао с молоком	200	12,27	4	3	23	144	200	12,27	4	3	23	144
3	печенье	40	9,68	1	1	23	90	40	9,68	1	1	23	90
4	Хлеб пшеничный	40	2,45	3	1	19	94	50	3,06	4	1	25	118
5	йогурт питьевой	125	34,58	3	2	5	52	125	34,58	3	2	5	52
6													
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	17	15	82	578		83,00р.	19	16	91	614
обед													
1	салат из свежих помидоров и огурцов	80	13,05р.	1	4	4	46	100	13,98р.	1	5	5	53
2	рассольник ленинградский с говядиной со сметаной	223	30,03р.	6	5	14	149	250	30,52р.	7	6	17	148
3	бефстроганов из отварной говядины	100	55,47р.	9	8	9	86	120	55,80р.	10	9	10	97
4	каша гречневая рассыпчатая	150	10,75	9	5	45	264	180	10,80	10	6	54	317
5	компот из сухофруктов	200	9,45р.	1	0	14	52	200	9,45р.	1	0	14	52
6	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	1	19	94	50	3,06р.	4	1	25	118
7	Хлеб ржаной	40	2,80р.	3	1	14	72	50	3,50р.	3	1	17	91
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

меню
на 04.03.2024
не 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	Углево-ды, г	Калорий-ность,			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калори-ность,
Завтрак													
1	вареные колбасные изделия отварные	90	45,36	6	10	1	162	100	58,92	7	11	2	180
2	макаронные изделия отварные	150	9,67р.	3	7	24	150	180	12,39р.	4	6	29	170
3	овощи соленые	60	6,71	1	0	1	5	60	6,71	1	0	1	5
4	чай с сахаром	200	1,92р.	1	0	15	61	200	1,92р.	1	0	15	61
5	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	1	19	94	50	3,06р.	4	1	25	118
6	фрукт	100	16,89р.	3	1,00р.	17	94						
7													
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			83,00р.	17	19	77	566	83,00р.	17	18	72	534	
обед													
1	винегрет овощной	80	14,35р.	1	6	5	78	100	14,55р.	1	8	11	103
2	солянка сборная мясная	200	25,57р.	7	7	14	154	250	25,98р.	6	9	17	193
3	котлета рыбная с маслом сливочным	95	43,95р.	8	5	13	120	105	44,01р.	9	6	13	146
4	рис отварной	150	14,98р.	4	5	40	198	180	15,65р.	6	6	48	201
5	напиток клюквенный	200	19,90р.	1	0	21	85	200	19,90р.	1	0	21	85
6	Хлеб пшеничный	40	2,45р.	3	1	19	94	50	3,06р.	4	1	25	118
7	Хлеб ржаной	40	2,80р.	3	1	14	72	50	3,50р.	3	1	17	91
8													
ИТОГО ЗА ОБЕД			124,00р.	27	25	126	801	124,00р.	30	31	152	937	
1													
2													
3													
4													
5													
6													

Составил шеф-повар:

Н.В.Акимова