



меню
на 12.03.2024
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, ккал | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | рыба запеченная 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 | | 124,00 р | 28,4 | 29,9 | 125,5 | 805,78 |
| 1 | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | |

Составил шеф-повар:

Н.В.Акимова

Утверждаю

руководитель организации
Э.В.Кузьмина/

меню
на 13.03.2024
не 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

меню
на 14.03.2024
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 | 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

