

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

" 1 " апреля 2024

Лавренко Е.А.

МЕНЮ НА 01.04.2024 (ОСН.) (_БОРНЫ (ГСС, ВСМ))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак

200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ молоко ультрапастер. для дп, сахар-песок, цикорий сухой	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
80	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-218, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17
250	КАША МОЛОЧНАЯ (ИЗ ПШЕНА И РИСА) "ДРУЖБА" молоко ультрапастер. для дп, крупа рис, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-367, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-51
45	СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	Калорийность-80, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-3
20	ВАФЛИ	Калорийность-108, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-13

Итого за Завтрак Калорийность-915, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-105**Полдник**

500	РЯЖЕНКА	Калорийность-280, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-21
140	БЛИНЧИКИ С НАТУРАЛЬНОЙ ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ (С ЯГОДАМИ) ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА блинчики с фруктовой начинкой, масло сливочное	Калорийность-190, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-34

Итого за Полдник Калорийность-470, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-55**Ужин**

150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ огурцы свежие, масло растительное, петрушка (зелень), соль йодированная	Калорийность-181, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-4
100	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	Калорийность-40, Белки-3, Углеводы-7
200	ЧАЙ С САХАРОМ сахар-песок, чай черный дп	Калорийность-39, Углеводы-11
70	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-31
20	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-150, Жиры-17
180	МАНДАРИНЫ	Калорийность-68, Белки-1, Углеводы-14
150	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ РУБЛЕННЫЙ говядина /котлетное мясо/, молоко ультрапастер. для дп, хлеб из муки пшеничной (батон), сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная	Калорийность-440, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-26
240	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия, сыр полутвердый с м.д.ж. 45%, масло сливочное, соль йодированная	Калорийность-445, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-45

Итого за Ужин Калорийность-1 687, Белки-52, Жиры-83, Углеводы-151**Итого за день** Калорийность-3 071, Белки-99, Жиры-138, Углеводы-311Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

" 1 " апреля 2024 г.

Ласенко Е.А.

МЕНЮ НА 01.04.2024 (ОСН.) (СОЦ. Н/З 5-9 КЛ.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак

200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ молоко ультрапастер. для дп, сахар-песок, цикорий сухой	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	КАША МОЛОЧНАЯ (ИЗ ПШЕНА И РИСА) "ДРУЖБА" молоко ультрапастер. для дп, крупа рис, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-294, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41
45	СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	Калорийность-80, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-3
20	ВАФЛИ	Калорийность-108, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-13

Итого за Завтрак Калорийность-787, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-90**Обед**

100	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ, ОГУРЦОВ, ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ сельдерей стебли, огурцы свежие, яблоки свежие, масло растительное, лимон, соль йодированная	Калорийность-99, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7
200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (ВИШНЯ) вишня свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота	Калорийность-55, Углеводы-18
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-22
250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ картофель свежий продовольственный, огурцы консервированные без уксуса, морковь столовая свежая, крупа перловая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, петрушка (зелень), соль йодированная	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10
100	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4

Итого за Обед Калорийность-863, Белки-34, Жиры-39, Углеводы-75**Итого за день** Калорийность-1 649, Белки-57, Жиры-65, Углеводы-165Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

МЕНЮ НА 01.04.2024 (ОСН.) (_ СТУДЕНТЫ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
150	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ, ОГУРЦОВ, ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ <i>сельдерей стебли, огурцы свежие, яблоки свежие, масло растительное, лимон, соль йодированная</i>	Калорийность-148, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-10
200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (ВИШНЯ) <i>вишня свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота</i>	Калорийность-55, Углеводы-18
70	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-31
300	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ <i>картофель свежий продовольственный, огурцы консервированные без уксуса, морковь столовая свежая, крупа перловая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, петрушка (зелень), соль йодированная</i>	Калорийность-145, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-12
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ <i>мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4
200	РИС ОТВАРНОЙ <i>крупа рис, масло сливочное, соль йодированная</i>	Калорийность-286, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-39
170	ГРУША СВЕЖАЯ	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Обед		Калорийность-1 233, Белки-30, Жиры-41, Углеводы-147
Итого за день		Калорийность-1 233, Белки-30, Жиры-41, Углеводы-147

Заведующий
производством

Каюшин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела
" 1 " апреля 2024 г.

Ласенко Е.А.

МЕНЮ НА 01.04.2024 (ОСН.) (СОЦ Н/З 1-4 Кл.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ молоко ультрапастер. для дп, сахар-песок, цикорий сухой	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
180	КАША МОЛОЧНАЯ (ИЗ ПШЕНА И РИСА) "ДРУЖБА" молоко ультрапастер. для дп, крупа рис, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-264, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37
45	СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	Калорийность-80, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-3
20	ВАФЛИ	Калорийность-108, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-13
Итого за Завтрак		Калорийность-730, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-84

Обед

100	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ, ОГУРЦОВ, ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ сельдерей стебли, огурцы свежие, яблоки свежие, масло растительное, лимон, соль йодированная	Калорийность-99, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7
200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (ВИШНЯ) вишня свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота	Калорийность-55, Углеводы-18
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-22
250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ картофель свежий продовольственный, огурцы консервированные без уксуса, морковь столовая свежая, крупа перловая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, петрушка (зелень), соль йодированная	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4
Итого за Обед		Калорийность-895, Белки-36, Жиры-41, Углеводы-76
Итого за день		Калорийность-1 625, Белки-58, Жиры-66, Углеводы-159

Заведующий
производством

Калошина А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

" 1 " апреля 2024 г.

Ласенко Е.А



МЕНЮ НА 01.04.2024 (ОСН.) (НАЧ. ШКОЛА 1-4 КЛ..

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ молоко ультрапастер. для дп, сахар-песок, цикорий сухой	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
180	КАША МОЛОЧНАЯ (ИЗ ПШЕНА И РИСА) "ДРУЖБА" молоко ультрапастер. для дп, крупа рис, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	Калорийность-264, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37
45	СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	Калорийность-80, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-3
20	ВАФЛИ	Калорийность-108, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-13
Итого за Завтрак		Калорийность-730, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-84
Итого за день		Калорийность-730, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-84

Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

" 1 " апреля 2024 г.

Лисенко Е.А.

МЕНЮ НА 01.04.2024 (ОСН.) (_БОРЦЫ (ТЭ))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак

200 **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ** Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21

молоко ультрапастер. для дп, сахар-песок, цикорий сухой

200 **ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ** Калорийность-546, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-43

200 **КАША МОЛОЧНАЯ (ИЗ ПШЕНА И РИСА) "ДРУЖБА"** Калорийность-294, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41

молоко ультрапастер. для дп, крупа рис, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная

45 **СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ** Калорийность-80, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-3

20 **ВАФЛИ** Калорийность-108, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-13

Итого за Завтрак Калорийность-1 169, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-120

Обед

150 **САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ, ОГУРЦОВ, ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ** Калорийность-148, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-10

сельдерей стебли, огурцы свежие, яблоки свежие, масло растительное, лимон, соль йодированная

200 **КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (ВИШНЯ)** Калорийность-55, Углеводы-18

вишня свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота

70 **ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ** Калорийность-191, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15

70 **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"** Калорийность-132, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-31

300 **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ** Калорийность-145, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-12

картофель свежий продовольственный, огурцы консервированные без уксуса, морковь столовая свежая, крупа перловая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, петрушка (зелень), соль йодированная

120 **ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ** Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4

мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная

200 **РИС ОТВАРНОЙ** Калорийность-286, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-39

крупа рис, масло сливочное, соль йодированная

170 **ГРУША СВЕЖАЯ** Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18

Итого за Обед Калорийность-1 233, Белки-30, Жиры-41, Углеводы-147

Итого за день Калорийность-2 401, Белки-57, Жиры-69, Углеводы-267

Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.