

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"15" апреля 2024 г.

Лещенко Е.А.



МЕНЮ НА 15.04.2024 (ОСН.) (БОРЦЫ (ГСС, ВСМ))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-218, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17
20	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5
250	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯННЫХ)	Калорийность-346, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-41
200	ЧАЙ С САХАРОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, овсяные хлопья "геркулес", сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-39, Углеводы-11
200	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ <small>сахар-песок, чай черный дл</small>	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
20	ПАСТИЛА 0,020	
Итого за Завтрак		Калорийность-767, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-88
<u>Полдник</u>		
500	ПРОСТОКВАША	Калорийность-295, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-21
60	ЗЕФИР	Калорийность-196, Углеводы-48
Итого за Полдник		Калорийность-491, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-69
<u>Ужин</u>		
60	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-206, Белки-16, Жиры-16
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
120	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ РУБЛЕННЫЕ СОБСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА, ЗАПЕЧЁННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ <small>говядина задняя часть замороженная, молоко ультрапастер. для дл, хлеб из муки пшеничной (батон), масло сливочное, мука пшеничная в/с, сыр полутвердый с м.д.ж. 45%, соль йодированная</small>	Калорийность-245, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-11
200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-345, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-49
200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>сахар-песок, лимон, чай черный дл</small>	Калорийность-42, Углеводы-10
100	ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	Калорийность-40, Белки-3, Углеводы-7
150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ <small>огурцы свежие, перец сладкий свежий, масло растительное, соль йодированная</small>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-4
150	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
Итого за Ужин		Калорийность-1 385, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-142
Итого за день		Калорийность-2 642, Белки-87, Жиры-93, Углеводы-299

Заведующий производством

Калошина А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабасова Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"15" апреля 2024 г.

Тасенко Е.А.



МЕНЮ НА 15.04.2024 (ОСН.) (БОРЦЫ (ТЭ))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
10	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3
150	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ)	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-25
	<i>молоко ультрапастер. для дл, овсяные хлопья "геркулес", сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	
200	ЧАЙ С САХАРОМ	Калорийность-39, Углеводы-11
	<i>сахар-песок, чай черный дл</i>	
130	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13
20	ПАСТИЛА 0,020	
Итого за Завтрак		Калорийность-506, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-61
<u>Обед</u>		
150	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-7
	<i>капуста белокочанная свежая, перец сладкий свежий, огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная</i>	
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	ЮШКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КАБАЧКАМИ И ПОМИДОРАМИ	Калорийность-154, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11
	<i>картофель свежий продовольственный, кабачки резаные свежемороженые, томаты свежие, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, соль йодированная, петрушка (зелень), петрушка (корень)</i>	
200	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	Калорийность-61, Углеводы-14
	<i>брусника см, сахар-песок</i>	
140	ФИЛЕ ПТИЦЫ(ЦЫПЛЯТ), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	Калорийность-227, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4
	<i>полуфабрикат из мяса кур-филе, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, соль йодированная, томат - паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	
200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	Калорийность-267, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-39
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</i>	
150	КИВИ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12
Итого за Обед		Калорийность-1 209, Белки-36, Жиры-43, Углеводы-133
Итого за день		Калорийность-1 715, Белки-48, Жиры-56, Углеводы-193

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"15" апреля 2024 г.

Ласенко Е.А.



МЕНЮ НА 15.04.2024 (ОСН.) (НАЧ.ШКОЛА 1-4 КЛ..

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3
180	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯННЫХ)	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-30
200	ЧАЙ С САХАРОМ <small>молоко ультрапастер. для дп, овсяные хлопья "геркулес", сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-39, Углеводы-11
130	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ <small>сахар-песок, чай черный дп</small>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13
20	ПАСТИЛА 0,020	
Итого за Завтрак		Калорийность-520, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-63
Итого за день		Калорийность-520, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-63

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"15" апреля 2024 г.



МЕНЮ НА 15.04.2024 (ОСН.) (СОЦ Н/З 1-4 Кл.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3
200	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯННЫХ)	Калорийность-277, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-33
	<i>молоко ультрапастер для дп, овсяные хлопья "геркулес", сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	
200	ЧАЙ С САХАРОМ	Калорийность-39, Углеводы-11
	<i>сахар-песок, чай черный дп</i>	
130	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13
20	ПАСТИЛА 0,020	
Итого за Завтрак		Калорийность-548, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-67
Обед		
100	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5
	<i>капуста белокочанная свежая, перец сладкий свежий, огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная</i>	
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	ЮШКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КАБАЧКАМИ И ПОМИДОРАМИ	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-9
	<i>картофель свежий продовольственный, кабачки резаные свежемороженые, томаты свежие, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, соль йодированная, петрушка (корень), петрушка (зелень)</i>	
200	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	Калорийность-61, Углеводы-14
	<i>брусника см, сахар-песок</i>	
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ(ЦЫПЛЯТ), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4
	<i>полуфабрикат из мяса кур-филе, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, соль йодированная, томат - паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	
180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</i>	
Итого за Обед		Калорийность-926, Белки-29, Жиры-35, Углеводы-99
Итого за день		Калорийность-1 474, Белки-43, Жиры-51, Углеводы-166

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"15" апреля 2024г.

Иванко Е.А.



МЕНЮ НА 15.04.2024 (ОСН.) (_ СТУДЕНТЫ.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
150	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-7
	<small>капуста белокачанная свежая, перец сладкий свежий, огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная</small>	
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	ЮШКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КАБАЧКАМИ И ПОМИДОРАМИ	Калорийность-154, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11
	<small>картофель свежий продовольственный, кабачки резаные свежемороженые, томаты свежие, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, сметана с м.д.ж. 15%, соль йодированная, петрушка (корень), петрушка (зелень)</small>	
200	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	Калорийность-61, Углеводы-14
	<small>брусника с/м, сахар-песок</small>	
150	ФИЛЕ ПТИЦЫ(ЦЫПЛЯТ), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	Калорийность-244, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-5
	<small>полуфабрикат из мяса цып-филе, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, соль йодированная, томат - паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</small>	
220	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	Калорийность-294, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-42
	<small>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</small>	
150	КИВИ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12
Итого за Обед		Калорийность-1 252, Белки-38, Жиры-45, Углеводы-137
Итого за день		Калорийность-1 252, Белки-38, Жиры-45, Углеводы-137

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"15" апреля 2024 г.

Ласекова Е.А.



МЕНЮ НА 15.04.2024 (ОСН.) (СОЦ. Н/З 5-9 КЛ.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
10	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3
150	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ)	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-25
200	ЧАЙ С САХАРОМ <small>молоко ультрапастер. для дл., овсяные хлопья "геркулес", сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-39, Углеводы-11
130	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13
20	ПАСТИЛА 0,020	
Итого за Завтрак		Калорийность-506, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-61
Обед		
120	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-5
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	ЮШКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КАБАЧКАМИ И ПОМИДОРАМИ	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-9
200	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	Калорийность-61, Углеводы-14
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ(ЦЫПЛЯТ),ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4
180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35
Итого за Обед		Калорийность-940, Белки-29, Жиры-36, Углеводы-100
Итого за день		Калорийность-1 446, Белки-42, Жиры-49, Углеводы-161

Заведующий производством

 Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

 Атабаева Н.Б.