

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"19" апреля 2024г.

Ласенко Е.А.

МЕНЮ НА 19.04.2024 (ОСН.) (СОЦ. Н/З 5-9 Кл.)

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

Завтрак

50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-75, Жиры-8
200	КАКАО С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-119, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18
200	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ПШЕНО) <small>молоко ультрапастер. для дл, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-287, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-41
100	КИВИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-8
40	ЯЙЦО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ, СВАРЕННОЕ ВКРУТУЮ <small>яйцо куриное диетическое, соль йодированная</small>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5

Итого за Завтрак Калорийность-726, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-78**Обед**

200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (КЛУБНИКА) <small>клубника свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	Калорийность-53, 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	УХА РОСТОВСКАЯ <small>картофель свежий продовольственный, томаты свежие, филе трески, лук репчатый свежий, масло растительное, соль йодированная, петрушка (корень), петрушка (зелень)</small>	Калорийность-147, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-9
100	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ <small>картофель свежий продовольственный, кукуруза консервированная (без учета заливки), огурцы свежие, масло растительное, морковь столовая свежая</small>	Калорийность-164, Жиры-6, Углеводы-24
100	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ <small>мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная</small>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3
180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35

Итого за Обед Калорийность-998, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-121**Итого за день** Калорийность-1 724, Белки-51, Жиры-58, Углеводы-199Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела

"19" апреля 2024 г.

Ласенко Е.А.



МЕНЮ НА 19.04.2024 (ОСН.) (_ СТУДЕНТЫ.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (КЛУБНИКА) <small>клубника свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	Калорийность-53, 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	УХА РОСТОВСКАЯ <small>картофель свежий продовольственный, томаты свежие, филе трески, лук репчатый свежий, масло растительное, соль йодированная, петрушка (корень), петрушка (зелень)</small>	Калорийность-177, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-11
150	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ <small>картофель свежий продовольственный, кукуруза консервированная (без учета заливки), огурцы свежие, масло растительное, морковь столовая свежая</small>	Калорийность-246, Жиры-9, Углеводы-36
140	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ <small>мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная</small>	Калорийность-227, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4
200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-267, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-39
75	КЕКС ТВОРОЖНЫЙ 0,075 <small>мука пшеничная в/с, яйцо куриное диетическое, творог 9%, сахар-песок, изюм, орех грецкий очищенный, масло сливочное, лимонная кислота, сода</small>	Калорийность-262, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-38
160	АПЕЛЬСИНЫ	Калорийность-69, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-1 624, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-203
Итого за день		Калорийность-1 624, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-203

Заведующий
производством

Калошина А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела

"19" апреля 2024 г.

Ласенко Е.А.

МЕНЮ НА 19.04.2024 (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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-75, Жиры-8
200	КАКАО С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-119, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18
180	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ПШЕНО) <small>молоко ультрапастер. для дл, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-258, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-37
100	КИВИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-8
40	ЯЙЦО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ, СВАРЕННОЕ ВКРУТУЮ <small>яйцо куриное диетическое, соль йодированная</small>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
Итого за Завтрак		Калорийность-698, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-74
Обед		
200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (КЛУБНИКА) <small>клубника свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	Калорийность-53, 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	УХА РОСТОВСКАЯ <small>картофель свежий продовольственный, томаты свежие, филе трески, лук репчатый свежий, масло растительное, соль йодированная, петрушка (корень), петрушка (зелень)</small>	Калорийность-147, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-9
100	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ <small>картофель свежий продовольственный, кукуруза консервированная (без учета заливки), огурцы свежие, масло растительное, морковь столовая свежая</small>	Калорийность-164, Жиры-6, Углеводы-24
120	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ <small>мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная</small>	Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4
180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35
Итого за Обед		Калорийность-1 030, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-121
Итого за день		Калорийность-1 728, Белки-52, Жиры-60, Углеводы-195

Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

"19" апреля 2024

Лисенко Е.А.



МЕНЮ НА 19.04.2024 (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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-75, Жиры-8
200	КАКАО С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер для дл, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-119, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18
180	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ПШЕНО) <small>молоко ультрапастер для дл, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-258, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-37
100	КИВИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-8
40	ЯЙЦО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ, СВАРЕННОЕ ВКРУТУЮ <small>яйцо куриное диетическое, соль йодированная</small>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
Итого за Завтрак		Калорийность-698, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-74
Итого за день		Калорийность-698, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-74

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела

"19" апреля 2024

Лясенко Е.А.



МЕНЮ НА 19.04.2024 (ОСН.) (_БОРЦЫ (ТЭ))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-75, Жиры-8
200	КАКАО С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер для дп, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-119, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18
200	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ПШЕНО) <small>молоко ультрапастер для дп, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-287, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-41
100	КИВИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-8
40	ЯЙЦО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ, СВАРЕННОЕ ВКРУТУЮ <small>яйцо куриное диетическое, соль йодированная</small>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
Итого за Завтрак		Калорийность-726, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-78
<u>Обед</u>		
200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (КЛУБНИКА) <small>клубника свежемороженая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	Калорийность-53, 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	УХА РОСТОВСКАЯ <small>картофель свежий продовольственный, томаты свежие, филе трески, лук репчатый свежий, масло растительное, соль йодированная, петрушка (корень), петрушка (зелень)</small>	Калорийность-177, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-11
150	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ <small>картофель свежий продовольственный, кукуруза консервированная (без учета заливки), огурцы свежие, масло растительное, морковь столовая свежая</small>	Калорийность-246, Жиры-9, Углеводы-36
150	ФИЛЕ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА), ТУШЕННОЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ <small>мясо индейки замороженное /филе/, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная</small>	Калорийность-244, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-5
200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-267, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-39
180	АПЕЛЬСИНЫ	Калорийность-77, Жиры-2, Углеводы-15
Итого за Обед		Калорийность-1 387, Белки-40, Жиры-44, Углеводы-167
Итого за день		Калорийность-2 113, Белки-61, Жиры-71, Углеводы-245

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник планово-экономического отдела

"19" апреля 2024 г.

Ласенко Е.А.

МЕНЮ НА 19.04.2024 (ОСН.) (БОРЦЫ (ТСС, ВСМ))

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
80	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-218, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17
20	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-150, Жиры-17
200	КАКАО С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-119, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18
250	КАША ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ (ПШЕНО) <small>молоко ультрапастер. для дл, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-358, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-52
100	КИВИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-8
80	ЯЙЦО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ, СВАРЕННОЕ ВКРУТУЮ <small>яйцо куриное диетическое, соль йодированная</small>	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-1
Итого за Завтрак		Калорийность-1 017, Белки-29, Жиры-42, Углеводы-95
Полдник		
400	ЙОГУРТ	Калорийность-325, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-41
60	ПЕЧЕНЬЕ	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45
Итого за Полдник		Калорийность-575, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-85
Ужин		
20	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	Калорийность-150, Жиры-17
60	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-206, Белки-16, Жиры-16
150	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ <small>редис красный обрезной, масло растительное, лук зеленый (перо), яйцо куриное диетическое, соль йодированная</small>	Калорийность-222, Белки-3, Жиры-21, Углеводы-4
200	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, чай черный дл</small>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12
20	МЕД 0,020 Г	Калорийность-328, Белки-1, Углеводы-50
400	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ГОВЯДИНА) <small>картофель свежий продовольственный, говядина задняя часть замороженная, лук репчатый свежий, масло сливочное, томат - паста, соль йодированная, петрушка (зелень)</small>	Калорийность-626, Белки-50, Жиры-27, Углеводы-33
100	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	Калорийность-45, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-5
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
200	ГРУША СВЕЖАЯ	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21
Итого за Ужин		Калорийность-2 065, Белки-81, Жиры-85, Углеводы-171
Итого за день		Калорийность-3 657, Белки-126, Жиры-144, Углеводы-352

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.