

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 15.10.2023

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,00	3,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПОРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	3,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	3,00	1,100	0,200	3,800	24,00
4 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	3,00	0,700	0,120	24,500	102,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО СЛИВ.	0,100/0,01	3,00	7,700	8,000	49,300	301,00
Итого:	0,720		24,000	26,920	108,600	777,000
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	3,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ.С МЯСНЫМИ ФРИКАД. 0,250/0,03	0,285	3,00	5,340	6,180	22,860	165,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	3,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	3,00	6,000	6,800	29,200	202,00
4 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	3,00	1,300	0,100	4,900	26,00
5 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ( ЯБЛОК )	0,200	3,00	0,200	0,200	27,200	110,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	3,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	3,00				
Итого:	1,033		40,590	30,280	144,160	815,300
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	3,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,245		8,000	5,300	44,600	286,000
<b>УЖИН</b>						
1 ПЕЛЬМЕНИ МОСКОВСКИЕ (СВИНИНА) 0,200	0,200	3,00	17,100	5,570	44,980	365,80
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	3,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	3,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	7,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,620		29,400	20,370	134,420	933,800
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	3,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,978		108,20	88,07	456,58	2992,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 15.10.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. 0,105/0,005	0,105/0,00	6,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	6,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	6,00	2,600	5,000	3,100	69,00
4 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	6,00	0,700	0,120	24,500	102,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО СЛИВ.	0,100/0,01	6,00	7,700	8,000	49,300	301,00
Итого:	0,720		25,500	31,720	107,900	822,000
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	6,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ.С МЯСНЫМИ ФРИКАД. 0,250/0,03	0,285	6,00	5,340	6,180	22,860	165,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	6,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	6,00	6,000	6,800	29,200	202,00
4 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	6,00	4,600	13,600	23,400	238,00
5 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ( ЯБЛОК )	0,200	6,00	0,200	0,200	27,200	110,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	6,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	6,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	6,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	6,00				
Итого:	1,033		43,890	43,780	162,660	1027,300
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ )	0,045	8,00	2,200	0,300	35,000	178,00
2 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	8,00	5,800	5,000	9,600	108,00
Итого:	0,245		8,000	5,300	44,600	286,000
<b>УЖИН</b>						
1 ПЕЛЬМЕНИ МОСКОВСКИЕ (СВИНИНА) 0,200	0,200	10,00	17,100	5,570	44,980	365,80
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	10,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС. ) С Т.О 0,100	0,100	10,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	10,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,620		29,400	20,370	134,420	933,800
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	10,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,978		113,00	106,37	474,38	3249,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)