

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	1,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	1,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	1,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	1,00				
Итого:	0,525		35,120	23,900	81,150	759,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	1,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	1,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 РЫБА М. ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	1,00	7,200	4,400	9,600	108,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	1,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	1,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 0,200	0,200	1,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
11 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	1,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	1,062		33,640	27,100	164,730	1048,900
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	1,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	1,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	1,00	6,100	9,000	34,000	243,00
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	1,00	4,420	0,350	12,580	69,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		39,070	25,450	136,380	961,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	1,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,832		121,33	88,55	437,66	3194,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	9,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	9,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	9,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	9,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	9,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,775		44,950	34,930	144,400	1183,700
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	9,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	9,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,100	0,100	9,00	17,600	12,500	8,100	215,00
4 СОУС КРАСНЫЙ ОСН. (ТОМАТНЫЙ) 0,050	0,050	9,00	0,600	1,000	3,100	24,00
5 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	9,00	4,200	1,600	29,400	150,00
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	9,00	1,430	10,090	7,240	126,60
7 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 0,200	0,200	9,00	0,200	0,200	27,200	110,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	9,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
12 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	9,00	5,270	3,400		52,75
Итого:	1,097		44,750	36,240	166,330	1181,850
Всего:	1,872		89,70	71,17	310,73	2365,55

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 19.11.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	1,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	1,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	1,00				
Итого:	0,721		35,630	28,530	98,850	891,700
Всего:	0,721		35,63	28,53	98,85	891,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

Категория ф сироты (7-11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	3,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	3,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0, 100	0,100	3,00	17,600	12,500	8,100	215,00
4 СОУС КРАСНЫЙ ОСН. (ТОМАТНЫЙ) 0,050	0,050	3,00	0,600	1,000	3,100	24,00
5 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	3,00	3,150	1,200	22,050	112,50
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ	0,060	3,00	0,800	6,050	4,340	75,96
7 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	3,00	0,200	0,200	27,200	110,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
12 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	3,00	5,270	3,400		52,75
Итого:	0,938		38,220	31,960	121,680	939,910
Всего:	0,938		38,22	31,96	121,68	939,91

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

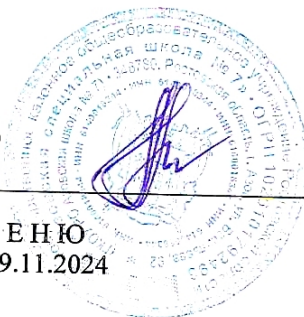
Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	17,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	17,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200	0,2200	17,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	17,00				
Итого:	0,721		35,630	28,530	98,850	891,700
Всего:	0,721		35,63	28,53	98,85	891,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 19.11.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	114,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	114,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	114,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	114,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	114,00				
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	114,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	114,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,725		37,620	26,500	119,350	978,600
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	114,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	114,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,100	0,100	114,00	17,600	12,500	8,100	215,00
4 СОУС КРАСНЫЙ ОСН. (ТОМАТНЫЙ) 0,050 0,050	0,050	114,00	0,600	1,000	3,100	24,00
5 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	114,00	4,200	1,600	29,400	150,00
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1 0,100	0,100	114,00	1,430	10,090	7,240	126,60
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	114,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	114,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	114,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	114,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	114,00				
12 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	114,00	5,270	3,400		52,75
Итого:	1,097		45,110	36,090	167,020	1185,640
Всего:	1,822		82,73	62,59	286,37	2164,24

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	12,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	12,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	12,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	12,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,520		34,930	27,830	81,250	807,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	12,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	12,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	12,00				
Итого:	0,221		5,800	5,000	9,600	108,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	12,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛ. ОТВАРНЫЕ 0,150	0,150	12,00	5,060	7,470	28,220	201,60
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	12,00	1,860	0,120	3,900	24,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	12,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	12,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	12,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,595		35,470	23,690	121,920	875,000
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	12,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,666		81,21	60,95	236,67	1955,30

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	2,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	2,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	2,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,520		34,930	27,830	81,250	807,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	2,00				
Итого:	0,221		5,800	5,000	9,600	108,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	2,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛ. ОТВАРНЫЕ 0,150	0,150	2,00	5,060	7,470	28,220	201,60
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	2,00	1,860	0,120	3,900	24,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,575		33,770	23,050	113,420	823,200
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	2,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,646		79,51	60,31	228,17	1903,50

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 19.11.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	29,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	29,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0, 100	0,100	29,00	17,600	12,500	8,100	215,00
4 СОУС КРАСНЫЙ ОСН. (ТОМАТНЫЙ) 0,050	0,050	29,00	0,600	1,000	3,100	24,00
5 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	29,00	3,150	1,200	22,050	112,50
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ	0,060	29,00	0,800	6,050	4,340	75,96
7 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	29,00	0,200	0,200	27,200	110,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	29,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	29,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	29,00				
11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	29,00				
12 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	29,00	5,270	3,400		52,75
Итого:	0,958		39,920	32,600	130,180	991,710
Всего:	0,958		39,92	32,60	130,18	991,71

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 19.11.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	25,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	25,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	25,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	25,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	25,00				
Итого:	0,525		35,120	23,900	81,150	759,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	25,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	25,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	25,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,120	0,120	25,00	21,100	15,000	9,700	258,00
4 СОУС КРАСНЫЙ ОСН. (ТОМАТНЫЙ) 0,050	0,050	25,00	0,600	1,000	3,100	24,00
5 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	25,00	4,200	1,600	29,400	150,00
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	25,00	1,430	10,090	7,240	126,60
7 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 0,200	0,200	25,00	0,200	0,200	27,200	110,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	25,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
12 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	25,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	1,112		48,140	38,700	167,930	1222,900
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	25,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	25,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	25,00	6,100	9,000	34,000	243,00
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	25,00	4,420	0,350	12,580	69,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	25,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		39,070	25,450	136,380	961,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	25,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,882		135,83	100,15	440,86	3368,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 19.11.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	25,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	25,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	25,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	25,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	25,00				
Итого:	0,525		35,120	23,900	81,150	759,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	25,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	25,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	25,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,120	0,120	25,00	21,100	15,000	9,700	258,00
4 СОУС КРАСНЫЙ ОСН. (ТОМАТНЫЙ) 0,050	0,050	25,00	0,600	1,000	3,100	24,00
5 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	25,00	4,200	1,600	29,400	150,00
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	25,00	1,430	10,090	7,240	126,60
7 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 0,200	0,200	25,00	0,200	0,200	27,200	110,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	25,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
12 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	25,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	1,112		48,140	38,700	167,930	1222,900
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	25,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ГУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	25,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	25,00	6,100	9,000	34,000	243,00
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	25,00	4,420	0,350	12,580	69,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	25,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		39,070	25,450	136,380	961,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	25,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,882		135,83	100,15	440,86	3368,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)